

**DAMPAK PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP EMOTIONAL  
QUOTIENT SISWA KELAS V DI YAYASAN MASTAL MUSAMMID  
SD AR-RAUDAH BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam

Oleh

**APRILYANI**

**NPM: 1311010021**

**Jurusan : Pendidikan Agama Islam (PAI)**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439 H / 2017 M**

**DAMPAK PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP EMOTIONAL  
QUOTIENT SISWA KELAS V DI YAYASAN MASTAL MUSAMMID  
SD AR-RAUDAH BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam

**Oleh**

**APRILYANI**

**NPM: 1311010021**

**Jurusan : Pendidikan Agama Islam (PAI)**

Pembimbing I : Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I  
Pembimbing II : Drs. Amirudin, M.Pd.I

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439 H / 2017 M**



## ABSTRAK

### DAMPAK PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP EMOTIONAL QUOTIENT KELAS V DI YAYASAN MASTAL MUSAMMID SD AR-RAUDAH BANDAR LAMPUNG

Oleh  
APRILYANI

*Emotional Quotient* merupakan suatu kecerdasan yang berarti kemampuan untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, berempati, serta kemampuan membina hubungan baik dengan orang lain. Banyak orang yang memandang sebelah mata mengenai *Emotional Quotient* mereka masih beranggapan bahwa kecerdasan intelektual sebagai kecerdasan tunggal dalam menentukan kesuksesan hidup seseorang. Sehingga hal ini mengakibatkan banyak orang tidak bisa mengendalikan emosinya dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Akibatnya banyak orang yang cerdas tetapi tidak memiliki hati nurani, dan pelaksanaan shalat dhuha yang dilakukan oleh Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung merupakan cara efektif untuk dapat memberikan dampak yang sangat positif terhadap *Emotional Quotient* siswa.

Penelitian ini bertujuan mengetahui dampak dari pelaksanaan shalat dhuha terhadap *kecerdasan emosional* siswa. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *kualitatif* yang lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan yang menggunakan pendekatan *naturalistik* untuk mencari dan menemukan pengertian atau pemahaman tentang fenomena dalam suatu latar yang khusus, penelitian *kualitatif* juga bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis berupa, *fakta, objek atau subjek* dengan apa adanya, penelitian ini menggunakan metode *pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: adanya dampak yang sangat positif terhadap *Emotional Quotient* siswa dikelas V bahwa shalat dhuha dapat mengendalikan kecakapan emosional, membuat para siswa memiliki rasa peduli dan sabar, sifat sabar yang berkaitan dengan kecerdasan emosional yang juga tertera dalam Al-Quran kita yang merupakan pembelajaran bagi manusia agar dapat mengembangkan kecerdasan emosionalnya.

**Kata Kunci :** shalat dhuha, *Emotional Quotient*





**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Bandar Lampung Telp: (0721) 703260**

### **PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : DAMPAK PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP  
EMOTIONAL QUOTIENT SISWA KELAS V DI YAYASAN  
MASTAL MUSAMMID SD AR-AUDAH BANDAR  
LAMPUNG**

**Nama : APRILIYANI  
NPM : 1311010021  
Jurusan : Pendidikan Agama Islam (PAI)  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

### **MENYETUJUI**

**Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I  
NIP. 19681205 199403 2 001**

**Drs. Amiruddin, M.Pd.I  
NIP. 19690305 199603 1 001**

**Mengetahui  
Ketua Jurusan PAI**

**Dr. Imam Syafe'i, M.Ag  
NIP. 196507 19199803 1 002**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

*Alamat : Jl. Let. Kol. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Tlp. (07217) 703260*

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan Judul: **DAMPAK PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP EMOTIONAL QUOTIENT SISWA KELAS V DI YAYASAN MASTAL MUSAMMID SD AR-RAUDAH BANDAR LAMPUNG** disusun oleh :  
**APRILYANI, NPM. 1311010021**, Jurusan Pendidikan Agama Islam, telah  
diujikan dalam sidang Munaqosah, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, pada hari,  
tanggal : **Senin, 30 Oktober 2017**

**TIM MUNAQASYAH**

**Ketua** : **Dr. Imam Syafe'i, M.Ag** (.....)

**Sekretaris** : **Heru Juabdin Sada, M.Pd.I** (.....)

**Penguji Utama** : **Dr. Rijal Firdaos, M.Pd** (.....)

**Penguji Pendamping I** : **Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I** (.....)

**Penguji Pendamping II** : **Drs. Amiruddin, M.Pd.I** (.....)

**Mengetahui,**  
**Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

**Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd**  
**NIP.195608101987031001**



## MOTTO

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٤٥﴾

Artinya: *Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu',<sup>1</sup> (Q.S AL-Baqarah : 45)*



---

<sup>1</sup> QS. AL-Baqarah (2) : 45 Al-Quranul karim Mushaf Terjemah Al Rasyid, h.15

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji syukur kepada Allah Swt, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, dan shalawat serta salam yang selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad Saw maka dengan tulus ikhlas disertai perjuangan dengan jerih payah penulis, Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan skripsi ini, yang kemudian skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta bapak Ahmad Sukandi dan ibu Supinah yang telah memberiku segalanya, kasih sayang serta do'a yang selalu menyertaiku. Karya ini serta do'a tulus kupersembahkan untuk kalian atas jasa, pengorbanan, keikhlasan membesarkan aku dengan tulus dan penuh kasih sayang. Terimakasih ibu dan bapakku tercinta, aku mencintai kalian karena Allah Swt.
2. Saudaraku tersayang, kakak, tete dan adik tercinta, M. Taufik, Siti zulha, Kardina, yang telah memberikan semangat dan motivasi kepadaku, serta seluruh keluargaku yang selalu menungguku mencapai keberhasilan pendidikan. Terimakasih untuk do'a dan dukungan yang telah diberikan.
3. Untuk teman terbaik, lelaki yang selalu sabar mendampingi disaat susah maupun senang, yang selalu memberiku semangat, Angga Saputra trimakasih atas perhatian, dukungan, dan pengertian yang telah kamu berikan dalam proses pembuatan skripsi ini.

## RIWAYAT HIDUP

**Aprilyani**, lahir di Bandar Lampung tepatnya di kelurahan penengahan raya kecamatan kedaton pada tanggal 23 april 1994, yang merupakan anak ketiga dari empat bersaudara pasangan bapak Ahmad Sukandi dan ibu Supinah.

Jenjang pendidikan yang pernah dilalui peneliti adalah SDN 1 Pasir Gintung, lulus tahun 2007, SMP PGRI 1 Bandar Lampung, lulus tahun 2010, MAN 2 Tnjung Karang, Program Ilmu Pengetahuan Sosial dengan mengikuti keterampilan dibidang (elektro) lulus tahun 2013, pada tahun 2013 peneliti diterima di Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung (IAIN) yang kini telah menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, jurusan Pendidikan Agama Islam .

Selama bersekolah di SMP dan MAN hingga di bangku perkuliahan peneliti aktif dalam kegiatan ekstra kulikuler PRAMUKA Yang kemudian peneliti pernah mengikuti berbagai perlombaan di Tingkat Sumatra-Jawa, Tingkat Provinsi, serta Tingkat Kabupaten.

Di perkuliahan pun peneliti mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa yaitu PRAMUKA Racana Raden Imba Kusuma Ratu Putri Sinar Alam (RIMBAKLUTRISILA) sebagai anggota untuk menambah wawasan dan sebagai wadah pengembangan diri.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji syukur selalu terucap atas segala nikmat yang di berikan Allah Swt kepada kita, sehingga saya (penulis) dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik. Shalawat beserta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw.

Skripsi ini penulis susun sebagai tulisan ilmiah dan diajukan untuk melengkapi syarat-syarat guna memperoleh gelar sarjana Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI) di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan yang telah diberikan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghaturkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

1. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta stafnya yang telah banyak membantu dalam proses menyelesaikan studi di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Imam Syafe'i, M.Ag selaku ketua jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I selaku pembimbing I yang telah memberikan kritik dan saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.

4. Drs. Amirudin, M.Pd.I selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu serta mencurahkan fikirannya dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan beserta para karyawan yang telah membantu dan membina penulis selama belajar di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
6. Pimpinan perpustakaan baik pusat maupun Fakultas yang telah memberikan fasilitas buku-buku yang penulis gunakan selama penyusunan skripsi.
7. Ibu Dewi Sartika S.Pd selaku kepala sekolah SD AR-RAUDAH beserta stafnya yang telah membantu memberikan keterangan selama penulis mengadakan penelitian sehingga selesainya skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan Elsa Oricha, Yenni Octaviyani, Santi Kolmalasari, Betty Yunitasari, Anggi Asmita, Amadea riska Putri, Novita Sari, Wahidatun fitriyani, silva devani, Ani Widya Putri, yang telah bersedia menjadi penyemangat dalam penulisan skripsi ini. Terima kasih atas dukungan canda tawa kalian, bersama kalian masa-masa kuliah terasa menyenangkan.
9. Sahabat terbaik Nuri Atika yang sampai saat ini masih menjadi teman berjuang di bangku kuliah, terimakasih telah memberikan semangat kepadaku, memberikan doa', memberikan motivasi untukku. Terima kasih sudah menjadi keluarga kedua bagiku.
10. Teman-teman seperjuangan Jurusan Pendidikan Agama Islam angkatan 2013, terkhusus pada kelas A.



11. Teman teman seperjuangan di UKM Pramuka Rimbaku Trisila (UIN Raden Intan Lampung)

12. Almamaterku (UIN Raden Intan Lampung)

Penulis berharap semoga karya tulis ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca pada umumnya. Semoga usaha dan jasa baik dari bapak, ibu, dan saudara/i sekalian menjadi amal ibadah dan diridhoi Allah Swt, *Aamiin Yaa Robbal 'Aalamiin...*

Bandar Lampung, juli 2017  
Peneliti,

**Aprilvani**  
NPM. 1311010021



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul .....	1
B. Alasan Memilih Judul .....	3
C. Latar Belakang Masalah.....	4
D. Fokus Penelitian.....	11
E. Rumusan Masalah.....	11
F. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	12
 <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. SHALAT DHUHA .....	13
1. Pengertian Shalat Dhuha .....	13
2. Keutamaan Shalat Dhuha.....	16
3. Manfaat Shalat Dhuha.....	17
4. Hukum Shalat Dhuha .....	22
5. Tata Cara Shalat Dhuha .....	23
B. EMOTIONAL QUOTIENT .....	28
1. Pengertian <i>Quotient</i> .....	28
2. Meningkatkan Kecerdasan dengan Shalat Dhuha.....	30
3. Pengertian <i>Emotional</i> .....	30
4. Pengertian <i>Emotional Quotient</i> .....	35
5. Aspek-Aspek <i>Emotional Quotient</i> .....	38
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	44
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	45
C. Penentuan Subjek Dan Objek Penelitian .....	46
D. Metode Pengumpulan Data.....	46
E. Tehnik Analisis Data.....	48

#### **BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN**

A. Tinjauan Umum SD Ar-Raudah Bandar Lampung.....	51
B. Penyajian Data .....	58
1. Pelaksanaan shalat dhuha .....	58
2. <i>Emotional Quotient</i> Siswa kelas V.....	61
3. Dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap <i>Emotional Quotient</i> siswa kelas V.....	68
C. Analisis data.....	69
1. Pelaksanaan shalat dhuha .....	70
2. <i>Emotional Quotient</i> Siswa kelas V.....	70
3. Dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap <i>Emotional Quotient</i> siswa kelas V.....	71

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. KESIMPULAN.....	73
B. SARAN .....	74

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Nama Peserta Didik Kelas V-A (Jabir Bin Hayan) Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017 .....	10
2. Perkembangan Ekspresi Emosi Sesuai Tahapan Usia.....	32
3. Rekapitulasi Data Guru SD Ar-Raudhah Tahun Pelajaran 2016/2017 .....	51
4. Data Jumlah Siswa Tahun 2016/2017 .....	56
5. Jumlah dan kondisi keadaan sarana (bangunan) .....	56
6. Nilai sikap sosial .....	61



## DAFTAR GAMBAR

1. Komponen Dalam Analisis Data.....	48
--------------------------------------	----



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan Judul**

judul dalam sebuah karya ilmiah merupakan cermin dari pada keseluruhan isi karangan tersebut. Demikian juga halnya dengan judul dari skripsi yang sudah tentu akan mencerminkan permasalahan apa dan juga isi yang dikemukakan sebagai penjelasannya.

Menegaskan judul yang peneliti angkat dalam skripsi ini adalah “**Dampak Pelaksanaan Shalat Dhuha Terhadap *Emotional Quotient* Siswa Kelas V di Yayasan Mastal Musammid Sd Ar-Raudah Bandar Lampung**”. Sebelum peneliti membahas masalah tersebut, terlebih dahulu akan peneliti jabarkan mengenai arti dan maksud kata-kata yang terdapat dalam rangkaian kalimat judul tersebut secara sistematis yaitu :

#### **1. Dampak**

Dampak merupakan pengaruh kuat yang mendatangkan akibat (baik negatif maupun positif), dalam hal ini yang dimaksud peneliti adalah dampak positif dari pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa yang terjadi di sekolah dasar.

#### **2. Shalat dhuha**

Adalah shalat sunnah yang dilakukan seorang muslim ketika waktu dhuha. Sedangkan waktu dhuha adalah ketika matahari mulai naik sepenggalah, sekitar jam

07.00 WIB hingga menjelang tengah hari sebelum masuk waktu dzuhur. Namun lebih utama bila dikerjakan setelah matahari terbit.<sup>1</sup>

### 3. *Emotional Quotient* (Kecerdasan emosional)

*Emotional Quotient* atau biasa disebut Kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi.<sup>2</sup> Goleman mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan peninjauan terhadap bagaimana fakta-fakta neorologis yang berperan dalam membentuk kemampuan dasarnya manusia untuk mempertahankan hidupnya.<sup>3</sup>

### 4. Yayasan mastal musammid SD AR-Raudah Bandar Lampung

Yayasan Mastal Musammid SD AR-Raudah Bandar Lampung adalah salah satu lembaga sekolah yang ada di kota Bandar Lampung yang merupakan lembaga pendidikan dibawah naungan yayasan mastal musammid. Sekolah yang berakreditasi A ini beralamat di jalan Tamin No. 68 Bandar Lampung.

Dalam kaitannya dengan judul penelitian ini, SD Ar-Raudah Bandar Lampung adalah tempat dimana peneliti melakukan penelitian tentang dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

---

<sup>1</sup>Kholillurrahman El Mahfani, *Bertambah Kaya & Berkah Dengan Shalat Dhuha*, (Jakarta: Wahyu Qalbu 2015) h.5

<sup>22</sup> Triantoro safaria, *Menejemen Emosi* (Jakarta: PT Bumi Aksara. 2012) h.12

<sup>3</sup> Danil Goleman, *Emotional Intelegence*, Terjemah T.Hermaya, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama,2003) h.411

Jadi yang dimaksud judul skripsi diatas adalah peneliti ingin mengetahui dampak positif yang terjadi akibat pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

## **B. Alasan Memilih Judul**

Salah satu cara mendidik akhlak ialah dengan membiasakan anak melaksanakan shalat sebelum memulai pelajaran. Fenomena di sekolah khususnya pada peserta didik yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis dan rewel, cenderung menarik diri dari pergaulan dan terkesan dingin. Orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah dikarenakan ini merupakan tanda seseorang yang memiliki IQ yang tinggi namun kecerdasan emosinya rendah. Shalat di sini bisa menetralkan perasaan yang berlebihan dalam menghadapi pelajaran di sekolah, shalat yang dilakukan di pagi hari bisa mendatangkan perasaan tenang dan menciptakan ketenangan jiwa. Prilaku anak yang beranjak remaja khususnya pelajar akhir-akhir ini terbilang memprihatinkan dengan berbagai macam penyimpangan-penyimpangan yang dilakukan yang juga dipengaruhi oleh perkembangan zaman. Dampak yang terjadi, menjadi sorotan masyarakat akhir-akhir ini, lembaga pendidikan menghasilkan lulusan yang kurang memiliki sikap positif sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat dan kurang terampil untuk menjalani kehidupan dalam lingkungan masyarakat. Hal ini tentu saja memprihatinkan mengingat pelajar merupakan generasi penerus bangsa yang sesungguhnya dalam proses pembelajaran



di didik untuk memiliki sikap yang baik, dengan demikian pendidikan akhlak dengan memulai dari dibiasakan shalat di sekolah perlu dilaksanakan dengan sebaik-baiknya. Karena IQ tinggi saja tidak akan cukup, perlu dilakukan kegiatan guna mengontrol sikap dan kelakuan siswa di sekolah. Dengan pemberlakuan pelaksanaan shalat tersebut, peneliti ingin mengetahui sejauh mana dampak yang terjadi akibat pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa tersebut.

### C. Latar Belakang Masalah

Pendidikan agama merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional, dalam Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 pasal 37 ayat (1) tentang sistem pendidikan nasional dinyatakan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.<sup>4</sup>

Salah satu tanggung jawab yang diemban oleh sekolah dalam pendidikan adalah mendidik mereka dengan akhlak yang mulia yang jauh dari kejahatan dan kehinaan. Seorang anak memerlukan pendalaman nilai-nilai norma dan akhlak kedalam jiwa mereka. Disamping pedalaman akhlak juga anak memerlukan ketentraman jiwa.

---

<sup>4</sup>Himpunan Peraturan Perundan-Undangan, *Undang-undang SISDIKNAS (Sistem Pendidikan Nasional)*, (Bandung: Fokusmedia.2010), h.40

Ketentraman Jiwa berhubungan dengan mengendalikan emosi, Emosi atau perasaan merupakan salah satu potensi kejiwaan yang khas dimiliki oleh manusia. Keinginan untuk segera memenuhi kebutuhan, terutama kebutuhan primer, merupakan hal yang wajar bagi setiap individu. Jika kebutuhan itu tidak segera terpenuhi, ia akan merasa kecewa. Sebaliknya, jika kebutuhan-kebutuhan itu dapat dipenuhi dengan baik, ia akan merasa senang dan puas.<sup>5</sup>

Pola emosi pada masa anak-anak yang secara normal sering dialami adalah kasih sayang, gembira, amarah, takut dan cemas, cinta cemburu, kecewa, sedih dan lain-lain.<sup>6</sup>

Menurut Goleman “orang yang ber IQ tinggi, tetapi karena emosi nya tidak stabil dan mudah marah sering kali keliru dalam menentukan dan memecahkan masalah atau persoalan hidup, karena kurang berkonsentrasi”.<sup>7</sup> Emosi yang tidak berkembang, tidak terkuasai, sering membuatnya berubah-ubah dalam menghadapi persoalan, begitu juga berubah-ubah sikap terhadap orang lain, sehingga banyak menimbulkan konflik.

“Dalam bukunya, Goleman menyatakan tiga hal yang sangat penting sehingga teorinya bisa dianggap sebagai terobosan. Yang *pertama*, emosi itu bukan bakat, melainkan bisa dibuat, dilatih, dikembangkan, dipertahankan dan yang kurang baik dikurangi atau dibuang sama sekali. *Kedua*, emosi itu bisa diukur seperti inteligensi. Hasil pengukurannya disebut EQ (*Emotional Quotient* meminjam dari istilah IQ/ *Intelligence Quotient*). Dengan demikian, kita tetap dapat memonitor kondisi

---

<sup>5</sup>Enung Fatimah, *psikologiPerkembangan (pesertadidik)* (Bandung: CvPustakaSetia, 2010) h.25

<sup>6</sup>*Ibid*, h.105

<sup>7</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelegence*(Jakarta: PT GramediaPustakaUtama, 2002) h.60

kecerdasan emosi kita. *Ketiga*, dan ini yang terpenting, EQ memegang peran lebih penting ketimbang IQ.”<sup>8</sup>

Bagi sebagian orang, perilaku lebih dipengaruhi oleh emosi ketimbang kepandaian. Bagi mereka emosi jauh lebih penting dari pada kepandaian. Tak ada faktor yang lebih mempengaruhi keberhasilan, kebahagiaan dan kegembiraan selain emosi. Orang yang tidak memiliki semangat, kemurahan hati, keramahan dan cinta tidaklah siap menjalani hidup. Itu sebabnya, emosi sangat berguna jika terkendali, namun berbahaya jika dibiarkan begitu saja.<sup>9</sup>

Fenomena di sekolah khususnya pada peserta didik yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalannya dan kemarahannya secara cepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosinya maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah, sebab sifat-sifat tersebut merupakan tanda seseorang yang memiliki IQ yang tinggi namun taraf kecerdasan emosinya rendah maka akan cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya dengan orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stress. Kondisi sebaliknya, dialami oleh orang-orang yang memiliki taraf IQ rata-rata namun memiliki kecerdasan emosi yang tinggi.

---

<sup>8</sup>Sarlito, Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2010) h.136

<sup>9</sup>J Maurus, *Mengembangkan Emosi Positif* (Yogyakarta: Bright Publisher, 2014) h.15

“Goleman mengemukakan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosi terlihat dari beberapa aspek yaitu: (1) mengenali emosi diri; (2) mengelola emosi; (3) memotivasi dirinya sendiri; (4) mengenali emosi orang lain atau empati; dan (5) membina hubungan yang baik dengan orang lain”.<sup>10</sup>

Singgih D.Gunarsa mengemukakan bahwa kehidupan pada masa anak dengan berbagai pengaruhnya adalah masa kehidupan yang sangat penting khususnya berkaitan dengan diterimanya perangsangan stimulasi dan perlakuan dari lingkungan hidupnya.<sup>11</sup>

Untuk itulah dalam hal ini dapat dilakukan dengan mensosialisasikan shalat dengan berjamaah dilingkungan sekolah. Shalat merupakan suatu ibadah paling utama, dalam proses penghambaan dan pendekatan diri kepada Allah SWT. Shalat yang dikerjakan dengan ikhlas sepenuh hati karena Allah SWT akan menumbuhkan sensasi kenikmatan tersendiri.<sup>12</sup>

Disamping shalat wajib yang dikerjakan lima kali dalam sehari semalam, terdapat shalat sunnah yang harus dikerjakan orang muslim untuk menambah kekurangan yang mungkin terdapat pada shalat-shalat wajib juga karena shalat sunnah itu mengandung keutamaan yang tidak terdapat pada ibadah-ibadah yang lain. Salah satu contoh dari shalat sunnah adalah “Shalat Dhuha”.

Dengan penerapan shalat khususnya “Shalat Dhuha” dalam lingkungan sekolah diharapkan dapat memberikan dorongan motivasi untuk memperbaiki kecerdasan emosional peserta didik.

---

<sup>10</sup> Daniel Goleman, *Op.Cit*, h.58-59

<sup>11</sup> S.c utami Munandar, bunga rampai psikologi perkembangan pribadi (jakarta: gunung agung 2001),h. 127-128

<sup>12</sup> Kholilurrahman Al-Mahfani, *Berkah Shalat Dhuha*, (Jakarta: Kawah Media, 2008), H.30-

Hubungan antara shalat dengan kesehatan mental telah diketahui dan dirasakan oleh banyak orang hal ini didasarkan juga pada (QS. AL-Mu'minin 1-2)

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴿٢﴾

*Artinya: (1) Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman, (2) (yaitu) orang-orang yang khusyu' dalam sembahyangnya.*<sup>13</sup>

Salah satu cara mengingat Allah adalah dengan shalat. Shalat adalah amalan utama dalam berdzikir kepada Allah. Shalat akan membentuk pribadi yang tangguh, tidak cengeng dan tidak cepat berkeluh kesah.<sup>14</sup> Seperti halnya dalam surat Al-Marij ayat 19-23 yakni:

﴿١٩﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿٢٠﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢١﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢٢﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٣﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ

*Artinya: (19) Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. (20). Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, (21). Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, (22). Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat, (23). Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.*<sup>15</sup>

Lembaga pendidikan Yayasan Mastal Musammid SD Ar-raudah Bandar Lampung telah menjadikan sebuah teori pelajaran kedalam bentuk praktek keseharian yang memasukkan shalat dhuha kedalam program rutin sekolah yang diwajibkan bagi seluruh siswa dan bertujuan untuk melatih anak didik mengembangkan kepribadian serta kecerdasannya dalam lingkungan sekolah, dimana mereka dilatih dan di didik

<sup>13</sup>Departemen Agama RI, Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid, H.342

<sup>14</sup> Kholilurrahman Al-Mahfani *Op. Cit*, h.31

<sup>15</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid, H.568

untuk mengembangkan skill dan mental mereka kearah yang lebih baik, sehingga lembaga pendidikan tersebut dapat menciptakan out-put yang unggul dan tangguh. Yang tidak hanya mengandalkan teori-teori dalam belajarnya tetapi juga berpengalaman dalam bidangnya untuk menghadapi arus modernisasi. Dan hal ini belum banyak dijalankan oleh lembaga-lembaga pendidikan di bandar lampung terutama tingkat sekolah dasar.

Lembaga tersebut telah melaksanakan program shalat dhuha dalam lembaga pendidikannya, sehingga hal ini menggugah peneliti untuk melakukan penelitian mengenai bagaimanadampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap Emotional Quotientsiswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SDAr-Raudah Bandar Lampung

Berdasarkan pra penelitian yang peneliti lakukan pada bulan Februari data yang peneliti peroleh dari SD AR-Raudah Bandar Lampung saat ini, pelaksanaan shalat dhuha dilakukan setiap hari dimulai pada pukul 07.15 WIB sebelum jam pelajaran dimulai dengan dipimpin oleh guru pembimbing agama yang ada di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung. Seluruh peserta didik dimulai dari kelas I sampai III melaksanakan shalat dhuha di masjid sekolah, dan bagi kelas IV sampai VI dilaksanakan di saung atau di aula sekolah.

Berdasarkan wawancara peneliti terhadap guru pembimbing shalat dhuha di kelas V beliau mengatakan bahwasanya pelaksanaan shalat dhuha ini bertujuan sebagai *(1) proses pembelajaran; (2) sebagai pembiasaan anak; (3) upaya untuk membuat anak lebih fresh di pagi hari dan lebih cerdas; (4) secara emosional lebih*

*terkontrol*.<sup>16</sup> Dan peneliti memperoleh informasi bahwa data siswa kelas V-A ialah sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Daftar Nama Peserta Didik Kelas V-A (Jabir Bin Hayan) Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017**

NO	Nama Peserta Didik	Keterangan
3	Abby Rasyid Supriyadi	Laki-laki
4	Afkar Sidqi Andriyan	Laki-laki
5	Akhmad Rafli Kurniawan	Laki-laki
6	Biyana Salwa Adhytia	Perempuan
7	Dyanis Putri Meilani	Perempuan
8	Fatiha Aliya Rifqa Nayadra	Perempuan
9	Fazira Ulma Tsani	Perempuan
10	Maurel Chairinniswah Yasmine	Perempuan
11	M. Arsyafwan Hasibuan	Laki-laki
12	M. Daffa Yunanda	Laki-laki
13	M. Dzaki Rosidi	Laki-laki
14	M. Fathur Rahman	Laki-laki
15	M. Radifan Arrafi	Laki-laki
16	M. Zia Irshad Zidny	Laki-laki
17	Nabila Siti Alkutsar	Perempuan
18	Nadine Maharani Aldito	Perempuan
19	Rafi Zakwan Eka Putra	Laki-laki
20	Rafli Akbar Hakim	Laki-laki
21	Risha Revia Rozdiana	Perempuan
22	Wafa Naila Zzahra	Perempuan

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-Raudah Bandar Lampung T.P 2016/2017.*

Dalam rangka usaha untuk memberikan informasi tentang bagaimana aktifitas shalat Dhuha sehubungan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses pelaksanaan shalat dhuha serta bagaimana dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung

<sup>16</sup> Eli suryamin Wawancara dengan Penulis , Bandar Lampung, 12 februari 2017



#### **D. Fokus Penelitian**

Agar tidak terlalu meluas, peneliti membatasi masalah pelaksanaan shalat dhuha yang akan peneliti teliti yaitu hanya di kelas V *Jabir Bin Hayan* SD Ar-Raudah Bandar Lampung yang berjumlah 22 siswa. Dalam penelitian ini yang akan menjadi fokus penelitian peneliti adalah pelaksanaan shalat dhuha yang dilakukan setiap hari oleh siswa kelas V yang akan dikaitkan dengan kecerdasan emosional. Karena pelaksanaan shalat dhuha memiliki banyak manfaat yang bisa dirasakan, khususnya dalam ketenangan jiwa para siswa yang memulai belajar dengan shalat dhuha. Namun tetap fokus analisis data utama peneliti adalah mengamati dampak dari pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient*.

#### **E. Rumusan Masalah**

Maka berdasarkan latar belakang masalah tersebut peneliti mengambil rumusan masalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung?”

#### **F. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

##### **1. Tujuan penelitian**

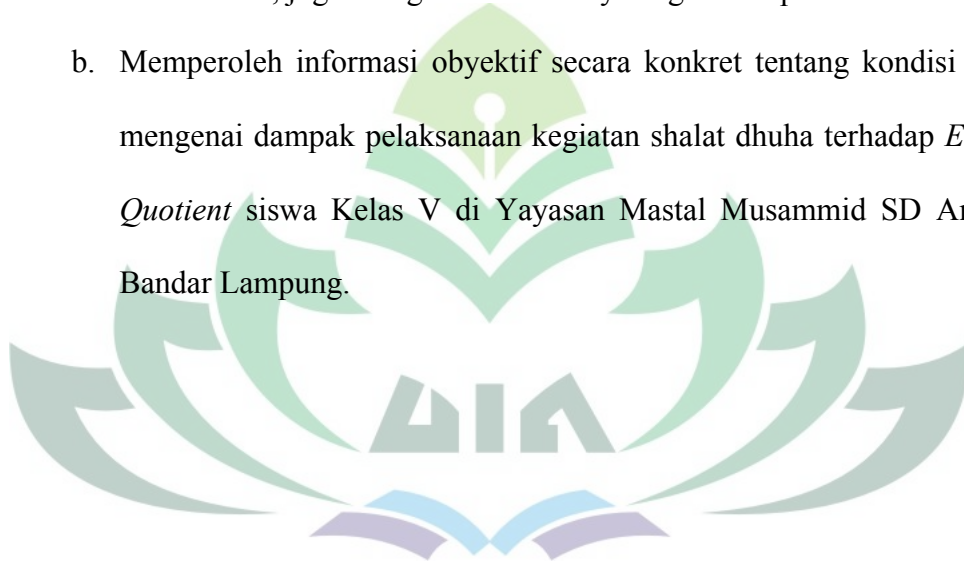
Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai peneliti dalam penelitian ini adalah mengetahui bagaimana dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional*



*Quotient* siswa Kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

## 2. Kegunaan Penelitian

- a. Menambah pengetahuan yang lebih matang dalam menambah wawasan dalam bidang penelitian, sehingga dapat dijadikan sebagai latihan dan pengalaman teknik-teknik yang baik khususnya dalam membuat karya tulis ilmiah, juga sebagai kontribusinya bagi dunia pendidikan.
- b. Memperoleh informasi obyektif secara konkret tentang kondisi lembaga mengenai dampak pelaksanaan kegiatan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa Kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Shalat Dhuha**

##### **1. Pengertian Shalat Dhuha**

Shalat menurut bahasa arab, berarti do'a. kemudian menurut istilah yaitu, ibadah yang tersusun dari beberapa perkataan dan beberapa perbuatan yang dimulai dengan takbir dan disudahi dengan salam dan memenuhi syarat yang sudah ditentukan<sup>1</sup>. Dan shalat adalah tangga bagi orang-orang beriman dan tempat untuk berkomunikasi kepada Allah, tiada perantara dalam shalat antara hambanya yang mukmin dengan Tuhannya. Dengan Shalat akan tampak bekas kecintaan seorang hamba dengan Tuhannya karena tidak ada yang lebih menyenangkan bagi orang (mukmin) yang mencintai melainkan berkhawatir kepada zat yang dicintainya, untuk mendapatkan apa yang dimintanya.<sup>2</sup>

Menurut A. Hasan, Bigh, Muhammad Bin Qasim Asy-Syafi, dan Rasjid shalat menurut bahasa Arab berarti berdo'a. ditambah menurut Ash-Siddieqy bahwa perkataan shalat dalam bahasa arab berarti do'a memohon kebajikan dan pujian. Sedang secara hakikat mengandung pengertian "berharap hati (jiwa) kepada Allah dan mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan rasa keagungan, kebesaran-Nya dan kesempurnaan kekuasaan-Nya"<sup>3</sup>

Berdasarkan pandangan ahli fiqih bahwa shalat adalah beberapa ucapan atau rangkaian ucapan perbuatan (gerakan) yang dimulai dengan takbir dan di akhiri

---

<sup>1</sup>H Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*, (Bandung: CV Sinar Baru,1980),hal 64.

<sup>2</sup>Al Muqaddam Ahmad Ismail,*Mengapa Harus Shalat*, (Jakarta: Amzah,2007), hal. 30-31

<sup>3</sup>Sentot Haryanto. *Psikologi Shalat* (Jogjakarta: Pustaka Pelajar. 2002). h.59

dengan salam. Yang dengannya kita beribadah kepada Allah dan menurut syarat-syarat yang sudah di tentukan oleh agama.<sup>4</sup>

Bahkan Allah SWT berfirman dalam surat Al-Ankabut ayat QS: 29:45.

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ  
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۚ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

*Artinya: “Bacalah apa yang Telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (Al Quran) dan Dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. dan Sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”.*<sup>5</sup>

Bahwasanya Allah menganjurkan shalat lima waktu dari matahari tergelincir sampai gelap malam, maksudnya Allah telah mewajibkan kepada umatnya untuk melaksanakan Shalat lima waktu dari Shalat subuh, dzuhur, ashar, maghrib, dan isya. Selain diwajibkan Shalat lima waktu, Shalat juga ada yang sunnah. Yaitu Shalat Dhuha. Rasulullah SAW selalu mengerjakannya dan memberikan tuntunan kepada umatnya agar membiasakan shalat dhuha. Shalat dhuha hukumnya sunah muakkad (sangat dianjurkan).

Shalat Dhuha ialah Shalat sunah dua rakaat atau lebih. Shalat ini dikerjakan ketika waktu Dhuha, yaitu waktu matahari naik setinggi tombak kira-kira pukul 8

<sup>4</sup>Sentot Haryanto. *Opcit* h.59

<sup>5</sup>Departemen agama ri, *al-qur'anul karim mushaf terjemah al-rasyid*, h.396

atau pukul 9 sampai tergelincir matahari.<sup>6</sup> Namun lebih utama bila dikerjakan setelah matahari terbit. Shalat Dhuha sekurang-kurangnya terdiri dari dua rakaat.

Dhuha adalah salah satu waktu dimana matahari sedang terbit atau waktu pagi hari pada saat matahari sedang naik keatas.<sup>7</sup> Shalat dhuha merupakan Shalat sunnah yang dianjurkan oleh Nabi, bagi siapa umatnya yang mengamalkan Shalat sunnah Dhuha dua raka'at pada pagi hari maka orang tersebut akan dicukupkan sampai sore, seperti hadits Nabi SAW :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ أَوْصَانِي خَلِيلِي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِثَلَاثٍ بِصِيَامٍ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ وَرُكْعَتَيْنِ الضُّحَى وَأَنْ أُوتِرَ قَبْلَ أَنْ أَرْقُبَ (واه بخارى ومسلم)

Artinya : “diperintahkan kepadaku oleh kekasihku SAW, untuk berpuasa tiga hari pada tiap-tiap bulan, mengerjakan dua raka'at sunnah Dhuha dan supaya saya berwitir sebelum tidur” (HR.Bukhari Muslim).<sup>8</sup>

Shalat Dhuha merupakan shalat pada siang hari yang dianjurkan. Pahalanya disisi Allah sangat besar. Nabi SAW biasa melakukannya, dan mendorong kaum muslimin untuk melakukannya. Beliau menjelaskan barang siapa yang Shalat empat raka'at pada siang hari niscaya Allah mencukupinya pada sore harinya.

وَالشَّمْسُ وَضُحَاهَا ۖ وَالْقَمَرُ إِذَا تَلَّهَا ۖ

Artinya: “demi matahari dan cahayanya dipagi hari, dan bulan apabila mengiringinya..”.<sup>9</sup>

<sup>6</sup> H. Sulaiman Rasyid, *Op. Cit* h.147

<sup>7</sup> Yusuf Mansyur, *Shalat Dhuha Setiap Pagi* (kunci meraih rezeki sepanjang hari), (Bandung: Salamadani, 2015), h.2

<sup>8</sup> H. Sulaiman Rasyid, *Ibid*, h.147

<sup>9</sup> Departemen agama ri, *al-qur'anul karim mushaf terjemah al-rasyid*, h.595

## 2. Keutamaan Shalat Dhuha

Keutamaan keutamaan Shalat Dhuha yang bisa diperoleh menurut abdul manan adalah berdasar pada hadits yang diriwayatkan dari rasulullah SAW yang berbunyi:

قَالَ رَبُّكُمْ عَزَّوَزَلَّ يَا ابْنَ آدَمَ لَا تَعْزِزْ عَنْ أَرْبَعِ رَكَعَاتٍ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ أَكْفَيْكَ آخِرَهُ (رواه أحمد و ابوداود)

Artinya: “tuhanmu yang maha tinggi telah berseru: hai anak adam shalatlah empat rakaat bagi aku dari awal siang, maka aku akan cukupkan engkau di akhir siang itu”. (HR Ahmad dan Abu Dawud).<sup>10</sup>

Tentang dampak Shalat terhadap jiwa ruhani manusia sangat banyak disinggung serta di alami sendiri oleh banyak pakar ilmu, sebagaimana yang dijelaskan, bahwa Shalat dapat membantu menghilangkan perasaan gelisah dan duka.

Shalat Dhuha merupakan salah satu Shalat sunah yang sangat dianjurkan Rasulullah SAW. Bahkan, menurut para *fuqaha*, Shalat Dhuha dikategorikan sebagai Shalat sunah muakkadah (Shalat yang sangat dianjurkan karena derajatnya sedikit dibawah Shalat fardhu) sebagaimana derajat Shalat sunah *qiyamul lail* atau Shalat Tahajud maka adalah kebaikan bagi kita untuk mengetahui berbagai keutamaan Shalat sunnah ini.<sup>11</sup>

Dari Aisyah ia berkata: “aku tidak pernah sama sekali melihat Rasulullah saw menunaikan shalat Dhuha, sedangkan aku sendiri mengerjakannya. Sesungguhnya Rasulullah saw pasti akan meninggalkan sebuah perbuatan meskipun beliau menyukai untuk mengerjakannya. Beliau berbuat seperti itu karena khawatir jikalau orang-orang ikut mengerjakan amalan itu sehingga

<sup>10</sup> HR. Ahmad (5/286), Abu Daud No. 1289, At-Tirmidzi No.475, Ad-Darimi No.1451, Syaikh Al-Albani dan Syaikh Syuab Al-Arnauth.

<sup>11</sup> Yusuf Mansur, *Ibid*, h.63-64

*mereka menganggapnya sebagai ibadah yang hukumnya wajib (fardhu).”* (HR Bukhari, Muslim, Abu Dawud, Ahmad, Malik dan Ad-Darami).  
Hadits lainnya dengan derajat *hasan* (baik), yaitu hadis dari Anas bin Malik ra, bahwa Rasulullah saw bersabda:

مَنْ صَلَّى الضُّحَى ثِنْتِي عَشْرَةَ رَكْعَةً بَنَى اللَّهُ لَهُ قَصْرًا مِّنْ ذَهَبٍ فِي الْجَنَّةِ.

*“barangsiapa mengerjakan Shalat Dhuha sebanyak 12 (dua belas) raka’at, maka Allah akan membangunkan untuknya istana di surga.”* (HR Tirmidzi dan Ibnu Majah).<sup>12</sup>

Hadits *hasan* lainnya adalah dari Abu Said Al-Khudry ra, ia berkata,

كَانَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُصَلِّي الضُّحَى حَتَّى تُقَوِّلَ لَا يَدْعُهَا وَ يَدْعُهَا

*“adalah Rasulullah saw mengerjakan Shalat Dhuha, sehingga kami mengira bahwa beliau tidak pernah meninggalkannya. Dan jika beliau meninggalkannya kami mengira seakan-akan beliau tidak pernah mengerjakannya.”*(HR Tirmidzi).<sup>13</sup>

Rasulullah saw bersabda, *“Shalat Dhuha itu dapat mendatangkan rejeki dan menolak kefakiran. Dan tidak ada yang akan memelihara shalat Dhuha melainkan orang-orang yang bertaubat.”*(al-hadits)

### 3. Manfaat Shalat Dhuha

Banyak sekali manfaat yang bisa dirasakan ketika kita senantiasa melakukan Shalat Dhuha diantaranya manfaat dari shalat dhuha ialah.<sup>14</sup>

- a. Untuk kesehatan jasmani

<sup>12</sup> Al Hafidz Ibn Hajar Al-Asqalani dalam Al-Talkhis Al-Khabir (2:20) dan Syaikh Al-Albani dalam Misykah (1:293)

<sup>13</sup> HR. At Tirmidzi beliau menghasankan, namun Syaikh Al- Albani Mendhaifkan dalam Misykan Al-Mashabih No.1320

<sup>14</sup> Kholilurrahman EL-Mahfani, *bertambah kaya dan berkah dengan Shalat dhuha*,(jakarta: wahyuqalbu 2015), h.112 -120

Salah satu upaya menjaga tubuh agar tetap bugar dan sehat adalah dengan membiasakan Shalat Dhuha. Hal ini bisa dilihat dari beberapa alasan:

1) Waktu pelaksanaan Shalat Dhuha yang kondusif untuk kesehatan

Shalat dhuha dikerjakan ketika matahari mulai menampakkan sinarnya, sinar matahari pagi amat baik untuk kesehatan, apalagi dikondusifkan dengan udara yang masih segar.

2) Manfaat wudhu Sebelum Shalat Dhuha

Syariat berwudhu sebelum Shalat sangat bermanfaat bagi kesehatan jasmani dan rohani, karena wudhu menimbulkan kita agar selalu bersih, perintah wudhu jelas dalam firman Allah SWT al-Maidah : 6

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ  
إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ  
جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِّنَ  
الْغَايِبِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا  
فَأَمْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ۖ إِنَّهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِّنْ  
حَرَجٍ وَلَٰكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ ۖ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ



*Artinya: Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, Maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku,*



*dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub Maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, Maka bertayammumlah dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur.<sup>15</sup>*

### 3) Mukjizat gerakan Shalat untuk kesehatan.

Ali Saboe, seorang profesor medis, menjelaskan bila ditinjau dari segi kesehatan, setiap gerakan, sikap, serta setiap perubahan dalam gerak tubuh seseorang. Vanshreber mengatakan, gerakan shalat menurut agama islam adalah suatu cara untuk memperoleh kesehatan dalam arti yang seluas luasnya dan dapat dibuktikan secara ilmiah.

- b. Selalu optimis dan jauh dari rasa takut serta keluh kesah<sup>16</sup>  
pada dasarnya watak dan tabiat manusia tergambar dalam firman Allah SWT:  
Al-Ma'arij: 19-23.

﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾ ﴾

*Artinya: (19). Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. (20). Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, (21). Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, (22). Kecuali orang-*

<sup>15</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.108

<sup>16</sup> Iqro' al-Firdaus, *Dhuha itu Ajib (bukti bukti dhuhamu berbuah dalam kehidupan sehari-hari)*, (Jogjakarta: Diva press, 2014) h.66



*orang yang mengerjakan shalat, (23). Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.*<sup>17</sup>

Pada ayat ini, Allah menyatakan bahwa dia mngecualikan orang-orang yang Shalat dari orang yang berkeluh-kesah sangat rakus dan sedikit kesabaran. Ini menunjukkan bahwa Shalat dhuha mengajarkan kita untuk tidak terjebak dan tidak hanya memberi perhatian kepada dunia saja, karena dengan Shalat Dhuha kita telah menggunakan waktu dengan baik dan proporsional.

c. Hidup penuh dengan kebahagiaan dan ketenangan<sup>18</sup>

Shalat pada umumnya, termasuk Shalat Dhuha, merupakan pelipur jiwa. Allah Swt. Berfirman, “dirikanlah shalat untuk mengingat-ku.” (QS Thaahaa[20]: 13-14).

وَأَنَا آخَرْتُكَ فَاسْتَمِعْ لِمَا يُوحَىٰ ﴿١٣﴾ إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي  
وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ﴿١٤﴾

Artinya : (13) dan Aku telah memilih kamu, maka dengarkanlah apa yang akan diwahyukan (kepadamu). (14) Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada tuhan selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat Aku.<sup>19</sup>

Ayat ini kemudian diperjelas dengan ayat lain, yang artinya, “dan bukankah dengan mengingat-ku, hati menjadi tenteram?” (QS ar-Ra’d [13]: 28).

<sup>17</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.569

<sup>18</sup> Iqro' al-Firdaus, *Ibid* h. 53-55

<sup>19</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.312

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ



*Artinya: yaitu orang-orang yang beriman hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah menjadi tenteram.*<sup>20</sup>

Diriwayatkan, bahwa setiap kali Rasulullah Saw mengalami kesedihan atau kegundahan, beliau akan memerintahkan kepada bilal, “*senangkan kami, wahai bilal.*” Maksud beliau, hendaknya Bilal mengumandangkan *iqomah* agar Rasulullah Saw dan para sahabatnya dapat melakukan shalat setelah itu. Pada kesempatan lain, beliau menyatakan, “*dijadikan bagiku shalat sebagai penyejuk jiwaku.*”

Shalat Dhuha yang mendatangkan kebahagiaan bagi pelakunya ini dampak lanjutnya juga dapat melahirkan kreativitas yang sangat berguna dan membantu aktivitas atau pekerjaan kita. Psikologi mutakhir, yang biasa disebut sebagai psikologi positif, telah menunjukkan besarnya pengaruh kebahagiaan/ketenangan terhadap kreativitas. Mihaly Csikszentmihalyi, seorang ahli psikologi, memperkenalkan suatu keadaan dalam diri manusia yang disebutnya sebagai “*flow*”. Bukan saja “*flow*” adalah sumber kebahagiaan, ia sekaligus adalah sumber kreativitas. Dan Shalat Dhuha yang khushyuk dapat menghasilkan kondisi “*flow*” dalam diri pelakunya.

Selain itu, Shalat Dhuha juga bisa membuat kita sehat. Bukankah dengan tubuh yang sehat kita dapat bahagia dan tenang?. Berdasarkan penemuan-penemuan

<sup>20</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.249

mutakhir yang menyatakan bahwa kesehatan tubuh dan penyakit sebenarnya berasal dari jiwa, dan bahwa banyak penyakit tubuh sesungguhnya dapat disembuhkan melalui ketenangan jiwa. Karenanya Shalat Dhuha dapat dijadikan sebagai sarana kesehatan tubuh juga. Dan sehubungan dengan ini, telah banyak dilakukan penelitian untuk melihat manfaat mengerjakan Shalat Dhuha yang istiqomah bagi kesehatan tubuh.<sup>21</sup>

Dapat disimpulkan, dari berbagai manfaat Shalat Dhuha disamping fungsi utamanya sebagai sarana beribadah kepada Allah, juga memiliki fadhilah terkait kebahagiaan dan ketentraman hidup. Disini Shalat Dhuha berfungsi sebagai motivasi untuk meningkatkan kualitas hidup kita sehari-hari. Sebab, dengan kondisi hidup yang tenang dan bahagia, kita bisa semangat dalam menjalani hidup ini.<sup>22</sup>

#### **4. Hukum Shalat Dhuha**

Banyak hadits yang menunjukkan bahwasanya Shalat Dhuha sangat dianjurkan. Demikian kebanyakan pendapat ulama. Menurut sebagian ulama, shalat dhuha itu tidak dianjurkan kecuali ada sebab. Sebagian lagi ada yang berpendapat shalat dhuha dianjurkan untuk dikerjakan di rumah. Dan sebagian lagi berpendapat bahwa shalat dhuha itu bid'ah.<sup>23</sup>

Hadits-hadits terdahulu dan yang semisalnya menjelaskan bahwa shalat dhuha pada waktu dhuha (pagi hari) merupakan suatu hal yang baik lagi disukai. Selain itu

---

<sup>21</sup> Haidar Bagir, *Buat Apa Shalat? Kecuali anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*, (Bandung: Mizania dan Pustaka IIMan, 2007), h.7-10

<sup>22</sup> Haidar Bagir, *Ibid*, h.59

<sup>23</sup> Syaikh Hasan Ayub, *Fikih Ibadah*, terj., Abdul Raysid Shiddiq, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002), hal 444.

didalam hadits-hadits tersebut juga terkandung dalil yang menunjukkan disyari'atkannya bagi kaum muslimin untuk senantiasa mengerjakannya.

Akan tetapi ada riwayat yang menunjukkan diwajibkannya Shalat Dhuha. Hadits dari Abu Darda dan abu Dawud menunjukkan sunnahnya shalat dhuha, yang hukumnya sunnah muakkadah.

### 5. Tata Cara Shalat Dhuha

dalam pelaksanaan shalat dhuha terdapat beberapa kaifiyah (tatacara) dalam melaksanakannya. Tata cara dalam pelaksanaan Shalat dhuha adalah sama seperti mengerjakan shalat biasa, yaitu setelah berwudhu dengan sempurna, lalu berdiri dengan tegak di tempat yang suci, menghadap kiblat kemudian niat dalam hati. Adapun cara pelaksanaan shalat dhuha anatara lain sebagai berikut:

a. Niat shalat dhuha

adapun lafadz niat dalam mengerjakan shalat dhuha adalah sebagai berikut:

اصلى سنة الضحى ركعتين الله تعالى

Artinya: “saya niat shalat dhuha dua rakaat karna Allah Ta’ala

b. Membaca doa iftitah, membaca surat alfatehah

c. Membaca salah satu surat alquran sesudah membaca surat alfatehah sedang mengenai bacaan bacaannya pada rakaat pertama setelah membaca al fatihah adalah surat asy syams dan pada rakaat keduanya adalah adh-dhuha. surat Asy-Syamsu (QS:91) pada raka’at pertama:

وَالشَّمْسِ وَضُحَاهَا ﴿١﴾ وَالْقَمَرِ إِذَا تَلَّهَا ﴿٢﴾ وَالنَّهَارِ إِذَا جَلَّهَا ﴿٣﴾  
وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَاهَا ﴿٤﴾ وَالسَّمَاءِ وَمَا بَنَاهَا ﴿٥﴾ وَالْأَرْضِ وَمَا طَحَاهَا ﴿٦﴾  
وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ

زَكَّيْنَهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّهَا ﴿١٠﴾ كَذَّبَتْ ثَمُودُ بِطَغْوَيْهَا ﴿١١﴾ إِذِ  
 أَنْبَعَتْ أَشْقَىٰهَا ﴿١٢﴾ فَقَالَ لَهُمْ رَسُولُ اللَّهِ نَاقَةَ اللَّهِ وَسُقْيَاهَا ﴿١٣﴾  
 فَكَذَّبُوهُ فَعَقَرُوهَا فَدَمْدَمَ عَلَيْهِمْ رَبُّهُمْ بِذُنُوبِهِمْ فَسَوَّاهَا ﴿١٤﴾ وَلَا تَخَافُ  
 عُقْبَاهَا ﴿١٥﴾

Artinya: (1) Demi matahari dan cahayanya di pagi hari, (2) Dan bulan apabila mengiringinya, (3) Dan siang apabila menampakkannya, (4) Dan malam apabila menutupinya, (5) Dan langit serta pembinaannya, (6) Dan bumi serta penghamparannya, (7) Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), (8) Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. (9) Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, (10) Dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya. (11) (kaum) Tsamud telah mendustakan (rasulnya) karena mereka melampaui batas, (12) Ketika bangkit orang yang paling celaka di antara mereka, (13) Lalu Rasul Allah (Saleh) berkata kepada mereka: ("Biarkanlah) unta betina Allah dan minumannya". (14) Lalu mereka mendustakannya dan menyembelih unta itu, Maka Tuhan mereka membinasakan mereka disebabkan dosa mereka, lalu Allah menyamaratakan mereka (dengan tanah), (15) Dan Allah tidak takut terhadap akibat tindakan-Nya itu.<sup>24</sup>

surat Ad-Dhuha (QS: 93) pada raka'at kedua:

وَالضُّحَىٰ ﴿١﴾ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ﴿٢﴾ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ﴿٣﴾ وَلَلْآخِرَةُ  
 خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَىٰ ﴿٤﴾ وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ ﴿٥﴾ أَلَمْ يَجِدَكَ  
 يَتِيمًا فَآوَىٰ ﴿٦﴾ وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ ﴿٧﴾ وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ ﴿٨﴾

<sup>24</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.595

فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ ﴿٩﴾ وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ ﴿١٠﴾ وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ

فَحَدِّثْ ﴿١١﴾

Artinya : (1) Demi waktu matahari sepenggalahan naik, (2) Dan demi malam apabila telah sunyi (gelap), (3) Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu. (4) Dan Sesungguhnya hari kemudian itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan). (5). Dan kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu , lalu (hati) kamu menjadi puas. (6) Bukankah Dia mendapatimu sebagai seorang yatim, lalu Dia melindungimu? (7) Dan Dia mendapatimu sebagai seorang yang bingung, lalu Dia memberikan petunjuk. (8) Dan Dia mendapatimu sebagai seorang yang kekurangan, lalu Dia memberikan kecukupan. (9) Sebab itu, terhadap anak yatim janganlah kamu Berlaku sewenang-wenang. (10) Dan terhadap orang yang minta-minta, janganlah kamu menghardiknya. (11) Dan terhadap nikmat Tuhanmu, Maka hendaklah kamu siarkan.<sup>25</sup>

- d. Setelah membaca surat dari Al-Quran kemudian melakukan rukuk.
- e. selesai melakukan rukuk berdiri kembali dengan tegak (i'tidal) kemudian melakukan sujud tersungkur ke bumi dengan meletakkan dahi
- f. setelah melakukan sujud, kemudian duduk diantara dua sujud
- g. sujud kedua
- h. duduk tasyahud akhir.
- Setelah kita berdiri dan melaksanakan rakaat kedua ini, setelah menyelesaikan sujud kedua kemudian duduk kembali, yaitu melakukan duduk tasyahud akhir.
- i. dan kemudian diakhiri dengan mengucapkan salam
- j. selesai melaksanakan shalat dhuha, kemudian membaca doa.<sup>26</sup>

Doa sesudah shalat Dhuha:

اَللّٰهُمَّ اِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاءُكَ، وَالْبَهَاءَ بَهَاءُكَ، وَالْجَمَالَ جَمَالِكَ، وَالْقُوَّةَ قُوَّتِكَ، وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتِكَ، وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتِكَ، اَللّٰهُمَّ اِنْ كَانَ رِزْقِيْ فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَاِنْ كَانَ فِي الْاَرْضِ فَأَخْرِجْهُ  
وَاِنْ كَانَ مُعْسِرًا فَيَسِّرْهُ وَاِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَاِنْ كَانَ بَعِيْدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُحَاءِكَ وَبَهَاءِكَ وَجَمَالِكَ  
وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ اَتَيْنِيْ عِبَادَكَ الصَّالِحِيْنَ

<sup>25</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, H.596

<sup>26</sup> kholilurrahman, *Op Cit.*7-8



*Artinya : “Wahai Tuhanku, sesungguhnya waktu dhuha adalah waktu dhuha-Mu, keagungan adalah keagungan-Mu, keindahan adalah keindahan-Mu, kekuatan adalah kekuatan-Mu, penjagaan adalah penjagaan-Mu, Wahai Tuhanku, apabila rezekiku berada di atas langit maka turunkanlah, apabila berada di dalam bumi maka keluarkanlah, apabila sukar mudahkanlah, apabila haram sucikanlah, apabila jauh dekatkanlah dengan kebenaran dhuha-Mu, kekuasaan-Mu (Wahai Tuhanku), datangkanlah padaku apa yang Engkau datangkan kepada hamba-hambaMu yang soleh”<sup>27</sup>*

Shalat Dhuha sekurang-kurangnya terdiri dari dua rakaat. Tidak ada batasan pasti mengenai jumlahnya, namun kadangkala Rasulullah Saw mengerjakan dua rakaat, empat rakaat, delapan rakaat, bahkan lebih.<sup>28</sup>

Beberapa hadits shahih menerangkan jumlah raka'at Shalat Dhuha yang biasa dilaksanakan oleh Rasulullah Saw.<sup>29</sup>

#### 1) 2 Raka'at

يُصْبِحُ عَلَى كُلِّ سَلَامٍ مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ, فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ, وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ, وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ, وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ, وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ, وَيُجْزَى مِنْ ذَلِكَ رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الصُّحَى (رواه مسلم).

Dari Abu Hurairah ra, bahwa Rasulullah saw, pernah bersabda, “pada pagi hari setiap tulang (persendian) darikalian akan dihitung sebagai sedekah. Maka setiap tasbih adalah sedekah, setiap tahmid adalah sedekah, setiap tahlil adalah sedekah, setiap takbir adalah sedekah, memerintahkan kebaikan (amar ma'ruf) dan melarang dari berbuat mungkar (nahi mungkar) adalah sedekah, semua itu cukup dengan dua rakaat yang dilaksanakan di waktu Dhuha.” (HR Bukhari, Muslim, dan Abu Dawud).<sup>30</sup>

#### 2) 4 Raka'at

<sup>27</sup> kholilurrahman, *Ibid*, h.7-8

<sup>28</sup> Kholilurrahman *Ibid*, h.6

<sup>29</sup> Yusuf mansyur *Op.Cit* h.64-66

<sup>30</sup> HR.Muslim No.720 Al-Baihaqi As-Sunnah Al-Kubra No.4677, 19995 Ibnu Khuzaimah No.1225

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُصَلِّي الضُّحَى أَرْبَعًا, (وَيَزِيدُ مَا شَاءَ اللَّهُ)

Dari Mu'dzah ra, bahwa ia bertanya kepada Ummul Mukminin Aisyah binti Abu Bakar ra: *"berapa jumlah rakaat Rasulullah saw ketika menunaikan shalat Dhuha?"* Aisyah menjawab, *"empat rakaat dan beliau menambah bilangan rakaatnya sebanyak yang beliau suka."* (HR Muslim dan Ibnu majah)<sup>31</sup>

### 3) 8 Raka'at

ذَهَبْتُ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - عَامَ الْفَتْحِ, فَوَجَدْتُهُ يَغْتَسِلُ, وَفَاطِمَةُ ابْنَتُهُ تَسْتُرُهُ قَالَتْ فَسَلَّمْتُ عَلَيْهِ فَقَالَ "مَنْ هَذِهِ". فَقُلْتُ أَنَا أُمُّ هَانِي بِنْتُ أَبِي طَالِبٍ. فَقَالَ "مَرْحَبًا بِأُمِّ هَانِي". فَلَمَّا فَرَغَ مِنْ غُسْلِهِ, قَامَ فَصَلَّى ثَمَنِي رَكَعَاتٍ, مُلْتَحِفًا فِي ثَوْبٍ وَاحِدٍ, فَلَمَّا انْصَرَفَ قُلْتُ يَا رَسُولَ اللَّهِ, زَعَمَ ابْنُ أُمِّی أَنَّهُ قَاتِلٌ رَجُلًا قَدْ أَجَزْتُهُ فُلَانُ بْنُ هُبَيْرَةَ. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - "قَدْ أَجَزْنَا مَنْ أَجَزْتَ يَا أُمُّ هَانِي". قَالَتْ أُمُّ هَانِي وَذَاكَ ضُحَى.

Dari Ummu Hani binti Abi Thalib ra, ia berkata: "aku berkunjung kepada Rasulullah saw pada tahun *fathu* (penaklukkan) Makkah. Aku menemukan beliau sedang mandi dengan ditutupi sehelai pakaian oleh Fatimah binti Muhammad Saw, putri beliau.

Ummu Hani ra berkata: *"maka akupun kemudian mengucapkan salam"*

Rasulullah Saw pun bersabda: *"siapakah itu?"*

Ummu Hani ra menjawab: *"Ummu Hani binti Abu Thalib."*

Rasulullah saw kemudian bersabda: *"selamat datang wahai Ummu Hani."*

Sesudah mandi, Rasulullah Saw menunaikan shalat sebanyak delapan raka'at dengan berselimut satu potong baju. Sesudah shalat, Ummu Hani ra berkata, *"wahai Rasulullah Saw, putra ibu Ali bin Abi Thalib menyangka bahwa dia boleh membunuh seorang laki-laki yang telah aku lindungi, yaitu Ibnu Hubairah."*

Rasulullah Saw bersabda: *"sesungguhnya kami juga melindungi orang yang kamu lindungi, wahai Ummu Hani."* Ummu Hani juga berkata: *"hal itu (Rasulullah shalat) terjadi pada waktu Dhuha."* (HR Muslim).

<sup>31</sup> Muslim No.1176 dari Hadits Aisyah RadhiAllahu Anha



Dari kisah Ummu Hani ra ini, bisa kita ambil keterangan bahwa saat Rasul mengerjakan shalat, beliau mengerjakan shalat Dhuha sebanyak 8 raka'at.<sup>32</sup>

4) 12 Raka'at

مَنْ صَلَّى الضُّحَى ثِنْتِي عَشْرَةَ رَكْعَةً بَنَى اللَّهُ لَهُ قَصْرًا مِّنْ ذَهَبٍ فِي الْجَنَّةِ.

Hadits berikutnya dengan derajat *hasan* adalah dari Anas bin Malik ra bahwa Rasulullah Saw bersabda: *“Barangsiapa mengerjakan shalat Dhuha sebanyak dua belas raka'at maka Allah akan membangunkan untuknya istana di surga.”* (HR Tirmidzi dan Ibnu Majah).<sup>33</sup>

## B. EMOTIONAL QUOTIENT

### 1. Pengertian *Quotient*

*Quotient* atau Kecerdasan merupakan salah satu anugrah besar yang Allah berikan kepada manusia. Kecerdasan merupakan kemampuan seseorang untuk mengeksplorasi dan memanfaatkan setiap kemampuan atau potensi sekecil apapun yang ia miliki. Kecerdasan bukan semata-mata soal otak atau yang biasa dikenal dengan IQ namun masih banyak lagi, antara lain:<sup>34</sup>

- a. Kecerdasan fisikal: Kecerdasan fisikal tampil dalam bentuk kinerja fisik manusia, mereka yang unggul dalam kecerdasan fisikal ini mampu mengoptimalkan fisik mereka pada taraf luar biasa.
- b. Kecerdasan ruang-waktu: Kecerdasan ruang waktu membuat seseorang selalu sadar akan posisi relatifnya dalam koordinat ruang waktu.
- c. Kecerdasan penalaran: Kecerdasan inilah yang secara umum dikenal dengan kecerdasan intelektual yang dapat diukur dengan tes IQ.

<sup>32</sup> Imam Bukhari (6158), Imam Muslim (336), Imam Tirmidzi (2734), Imam Nasai (415), Imam Abu Daud (2763), Imam Ibnu Majah (1379)

<sup>33</sup> Al Hafidz Ibn Hajar Al-Asqalani dalam Al-Talkhis Al-Khabir (2:20) dan Syaikh Al-Albani dalam Misykah (1:293)

<sup>34</sup>.Khalillurrahman El-Mahfani *Op Cit* h.122-126

- d. Kecerdasan verbal: Kecerdasan verbal biasa dikaitkan dengan kemampuan retorika atau berbicara. Orang yang mencari penghidupan dengan mengandalkan kepiawaian dalam mengolah kata verbal, seperti pengacara, pembawa acara, penyiar dan lain-lain.
- e. Kecerdasan sosial: Orang yang cerdas secara sosial seolah-olah mampu membaca orang lain dengan tepat. Lebih mudah menyesuaikan diri, mengambil hati, memengaruhi, dan termasuk memimpin orang lain.
- f. Kecerdasan musikal: Kecerdasan ini membuat seseorang mampu memahami, menghayati dan mengekspresikan nada irama dan suara dalam bentuk musikal yang estetik.
- g. Kecerdasan etis-spiritual: Orang yang cerdas selain mampu memahami etika dan dunia spiritual, ia juga mampu mengaplikasikan pengetahuannya dalam bentuk tutur kata dan perilaku yang santun. Hati nuraninya pun bersih dan perilakunya santun. Sehingga ia mampu membedakan hal yang baik dan tidak patut.

Keistimewaan manusia dibandingkan dengan makhluk Tuhan yang lainnya karena manusia dikaruniai akal yang mana tidak dimiliki oleh makhluk lain. Dengan akal pada manusia dapat memilih tindakan atau sikap apa yang harus dia perbuat, pada akal terdapat kecerdasan yang ternyata memiliki memiliki berbagai macam tipe yang berbeda-beda dimiliki oleh manusia.

Edouard Claparede dan William Stern yang dikutip oleh sarwotno berpendapat bahwa “ kecerdasan adalah penyesuaian diri secara mental terhadap

situasi atau kondisi baru”.<sup>35</sup> Menurut Howard Gardner , Sedangkan menurut Crow & Crow yang dikutip dalam makmun khairani “kecerdasan ialah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menghadapi suatu situasi baru untuk memecahkan problem-  
problem”.<sup>36</sup>

Dari beberapa definisi tersebut peneliti menyimpulkan bahwa kecerdasan adalah suatu cara atau kemampuan yang dimiliki individu dalam bertindak dan berfikir yang berkenaan dengan memahami suatu permasalahan diri dilingkungan yang baru.

## **2. Meningkatkan Kecerdasan dengan Shalat Dhuha**

Shalat dhuha sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan seseorang. Utamanya kecerdasan fisikal, emosional, spiritual, dan intelektual. Hal ini mengingat waktu pelaksanaannya di awal atau ditengah-tengah aktivitas manusia.<sup>37</sup> Di antara sedikit rahasia yang diungkap dibalik perintah ibadah tersebut, adalah bahwasanya shalat dhuha mampu meningkatkan kecerdasan. Shalat dhuha bisa menjadi media latihan untuk membuat otak kita cerdas dan lebih dahsyat. Shalat dhuha sejatinya memang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan seseorang, terutama *Emotional Quotient* atau kecerdasan emosional.<sup>38</sup>

## **3. Pengertian Emosional**

---

<sup>35</sup> Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009), h.154

<sup>36</sup> Khairani Makmun, *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Aswaja, 2010) h.80

<sup>37</sup> Khalillurrahman El-Mahfani *Op Cit* h.132

<sup>38</sup> Iqro' al-Firdaus, *Opcit* h.119-120

Dalam perspektif Islam, segala macam emosi dan ekspresinya, diciptakan oleh Allah melalui ketentuannya. Emosi diciptakan oleh Allah untuk membentuk manusia yang lebih sempurna. Dalam Al-Quran QS. An-Najm: 43-44 dinyatakan:

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَ وَأَبْكَى ﴿٤٣﴾ وَأَنَّهُ هُوَ أَمَاتَ وَأَحْيَا ﴿٤٤﴾

*Artinya: (43) Dan bahwasanya Dialah yang menjadikan orang tertawa dan menangis, (44) Dan bahwasanya Dialah yang mematikan dan menghidupkan.<sup>39</sup>*

Dalam memberikan petunjuk pada manusia, Alquran dan hadits banyak membahas tentang berbagai jenis ekspresi emosional manusia ketika menghadapi atau mengalami sesuatu. Ekspresi yang ditampilkan sangat kaya, termasuk emosi primer dan emosi sekunder.<sup>40</sup>

a. Emosi primer

Emosi ini merupakan emosi dasar yang telah terbentuk sejak awal kelahiran, Alquran dan hadis banyak membahas tentang emosi primer yang dimiliki manusia. Diantara emosi primer yang dibahas adalah gembira, sedih, marah dan takut. Masing-masing emosi ini digambarkan dalam situasi yang berbeda-beda.

b. Emosi sekunder

Emosi sekunder lebih kompleks dari emosi primer, emosi sekunder adalah emosi yang mengandung kesadaran diri atau evaluasi diri, sehingga pertumbuhannya tergantung pada perkembangan kognitif seseorang.

<sup>39</sup> Departemen agama ri, *al-qur'anul karim mushaf terjemah al-rasyid*, h. 527

<sup>40</sup> Aliah B. Purwakania Hasan. *Psikologi perkembangan islami*, ( jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), h. 163-164

Berbagai emosi sekunder dibahas dalam Alquran, antara lain malu, iri hati, dengki, sombong, angkuh, bangga, kagum, takjub, cinta, benci, bingung, terhina, sesal, dan lain-lain.

Kekayaan emosi manusia berkembang sesuai dengan tahap usia dan pengalaman seseorang namun, meneliti perkembangan emosi tidaklah mudah, berikut merupakan perkembangan ekspresi emosi sesuai tahapan usia.<sup>41</sup>

**Tabel 2**  
**Perkembangan Ekspresi Emosi Sesuai Tahapan Usia**

Usia	Ekspresi/Pengaturan Emosional	Pemahaman Emosional
0-6 bulan	Segala emosi primer muncul. Pemunculan emosi positif didorong dan menjadi lebih umum. Berusaha mengatur emosi negatif dengan menghisap atau mengelak dapat diobservasi	Membedakan ekspresi wajah seperti gembira, marah dan sedih.
7-12 bulan	Emosi primer seperti marah, takut dan sedih menjadi lebih jelas. Regulasi diri terhadap emosi meningkat dengan bayi menggoyang dirinya, mengunyah objek atau menghindari stimulus yang tidak menyenangkan	Pengenalan emosi primer lain meningkat . Pengenalan referensi sosial muncul
1-3 tahun	Muncul emosi sekunder (disadari). Regulasi diri terhadap emosi meningkat ketika anak-anak mencoba untuk mengakhiri dirinya sebagai usaha untuk mengontrol stimulus yang membingungkan mereka	Anak mulai berbicara dan bermain peran yang berhubungan dengan emosi. Tanggapan empatik muncul
3 - 6 tahun	Munculnya perbaikan strategi kognitif untuk mengatur emosi. Beberapa penyembunyian dan	Pengertian penyebab eksternal dan konsekuensi emosional

<sup>41</sup> Aliah B. Purwakania Hasan, *Ibid*, h.169

6-12 tahun	penyesuaian tampilan emosi dengan aturan sederhana  Penyesuaian dengan aturan penampilan meningkat. Emosi yang disadari menjadi lebih dekat dengan standar yang diinternalisasi, atau perilaku yang tepat dan kompeten Strategi regulasi diri (termasuk menyalurkan intensitas emosi dalam keadaan sesuai) menjadi lebih bervariasi dan majemuk.	meningkat. Tanggapan empatik menjadi lebih umum  Anak-anak mengintegrasikan isyarat internal dan eksternal untuk mengerti emosi orang lain. Tanggapan empatik mulai lebih kuat. Kesadaran bahwa orang berbeda-beda dalam reaksi emosi dalam berbagai kejadian. Memahami bahwa orang lain dapat mengalami emosi campuran.
------------	--	--

*Sumber: Aliah B. Purwakania Hasan*

Emosi merupakan sebuah pengalaman rasa, kita merasakan adanya emosi, kita tidak sekedar memikirkannya. Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah tertanam secara berangsur-angsur. Goleman menyatakan bahwa “emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.”<sup>42</sup> Sementara itu menurut Chaplin emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organism mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku.<sup>43</sup>

Proses kemunculan Emosi melibatkan faktor psikologis maupun faktor fisiologis yang ditimbulkan oleh kesadaran atas suatu benda atau peristiwa, yang

<sup>42</sup> Danil Goleman, *Emotional Intelligence*, Terjemah T. Hermaya (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003) h.411

<sup>43</sup> Mohammad Ali, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT Bumi Aksar, 2012) h.62

ditandai dengan perasaan yang mendalam, hasrat untuk bertindak, dan perubahan fisiologis pada fungsi tubuh.<sup>44</sup> Kita lantas menyadari adanya rangsangan (menakutkan, menyedihkan, melegakan, menjengkelkan) yang memicu situasi psikologis yang dikenal sebagai emosi (takut, sedih, bahagia, marah).

Al-Quran juga menggambarkan bahwa kualitas emosi memiliki tingkatan intensitas tertentu. Dalam satu peristiwa yang sama dapat membuat banyak orang mengeluarkan respons emosional yang berbeda-beda intensitasnya. Hal ini digambarkan dalam Alquran QS. Abasa:38-41 , sebagai berikut:

وُجُوهُ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ ۖ ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ ۖ وَوُجُوهُ غَابِرَةٌ ۖ تَرَهَّقُهَا قَتَرَةٌ ﴿٣٨﴾

*Artinya: (38) Banyak muka pada hari itu berseri-seri, (39) Tertawa dan bergembira ria, (40) Dan banyak (pula) muka pada hari itu tertutup debu, (41) Dan ditutup lagi oleh kegelapan.*<sup>45</sup>

Beberapa tokoh seperti Descartes, JB Watson dan Daniel Goleman mengemukakan tentang macam-macam emosi. Menurut Descartes emosi sebagai atas: *desire* (hasrat), *hate* (benci), *sorrow* (sedih atau terluka), *wonder* (heran), *love* (cinta), dan *joy* (kegembiraan). Sedangkan Daniel Goleman mengemukakan beberapa macam emosi, yaitu:

- a. Amarah : bringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan dan kebencian patologis;
- b. Kesedihan : pedih, sedih, muram, suram, melankolis, kesepian, putus asa, depresi berat;

<sup>44</sup> Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi* (Jakarta: PT Bumi Aksari, 2012) h.14

<sup>45</sup> Departemen agama ri, *al-qur'anul karim mushaf terjemah al-rasyid*, h. 585



- c. Rasa takut : cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, tidak senang, tidak senang, fobia, ngeri dan panik;
- d. Kenikmatan: bahagia, riang, gembira, senang, terhibur, bangga, takjub, rasa puas, rasa terpesona, puas, dan kegirangan luar biasa;
- e. Cinta : penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, dan kasmaran;
- f. Terkejut : terkesiap, takjub, terpana;
- g. Jengkel : hina, jijik, muak, mual benci, tidak suka, mau muntah; dan
- h. Malu : rasa salah, malu hati, kesal hati, aib dan hancur hati.<sup>46</sup>

Sedangkan Mayer mengungkapkan bahwa orang cenderung menganut, gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi mereka, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah.<sup>47</sup> Dengan melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang dijalani menjadi sia-sia.

Orang yang ber-IQ tinggi tetapi karena emosinya tidak stabil dan mudah marah seringkali keliru dalam menentukan dan memecahkan persoalan hidup karena tidak dapat berkonsentrasi. Emosinya yang tidak berkembang, tidak terkuasai, sering membuatnya berubah-ubah dalam menghadapi persoalan dan bersikap terhadap orang lain sehingga banyak menimbulkan konflik. Emosi yang kurang terolah juga dengan mudah menyebabkan orang lain itu kadang sangat bersemangat menyetujui sesuatu, tetapi dalam waktu singkat berubah menolaknya, sehingga mengacaukan kerja sama yang disepakati bersama orang lain. Maka, orang itu mengalami kegagalan. Ini berarti orang yang cerdas secara emosi seseorang terlihat dari tingkah laku yang ditunjukkannya.

---

<sup>46</sup> Daniel Goleman *Op Cit*, h.411-412

<sup>47</sup> Daniel Goleman, *Ibid* h.65



Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan atau efek yang mendorong untuk merespon atau bertindak laku terhadap stimulus, baik yang besar dari dalam diri maupun dari luar dirinya. Emosi juga merupakan suatu hasil stimulant dari manusia yang dikarenakan adanya ransangan tertentu.

#### **4. Pengertian Emotional Quotient**

Emotional Quotient atau dalam bahasa Indonesia disebut Kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin diri dan lingkungan sekitarnya.

Goleman mengatakan bahwa koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan social yang baik. Apabila seseorang dapat menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik akan lebih mudah menyesuaikan dulu dalam pergaulan social serta lingkungannya. Lebih lanjut.

“Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut, seseorang dapat

menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilih kepuasan dan mengatur suasana hati.”

Daniel Goleman mengeluarkan konsepsi EQ sebagai jawaban atas ketidakpuasan manusia jika dirinya hanya dipandang dalam struktur mentalitas saja. Konsep EQ memberikan ruang terhadap dimensi lain dalam diri manusia yang unik yaitu emosional. Disamping itu Goleman mempopulerkan pendapat para pakar teori kecerdasan bahwa ada aspek lain dalam diri manusia yang berinteraksi secara aktif dengan aspek kecerdasan IQ dalam menentukan efektivitas kegunaan kecerdasan yang konvensional tersebut.

Komponen utama dari kecerdasan sosial ini adalah kesadaran diri, motivasi pribadi, pengaturan diri, empati dan keahlian sosial. Letak dari kecerdasan emosional ini adalah pada sistem limbik. EQ lebih pada rasa, jika kita tidak mampu mengelola aspek rasa kita dengan baik maka kita tidak akan mampu untuk menggunakan aspek kecerdasan konvensional kita (IQ) secara efektif, karena IQ menentukan sukses hanya 20 % dan EQ 80%.

Adapun Choper dan Sawaf mengatakan bahwa “kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energy dan pengaruh yang menusiawi”.<sup>48</sup>

Selanjutnya, Howes dan Herald mengatakan, pada intinya kecerdasan emosi merupakan komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosi. Lebih lanjut dikatakannya bahwa emosi manusia berbeda wilayah dari perasaan lubuk

---

<sup>48</sup> Triantoro Safaria, *Op.Cit*, h.12

hati, naruli yang tersembunyi, dan sensasi emosi yang apabila diakui dandihormati, kecerdasan emosi menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.<sup>49</sup> Goleman mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional merupakan peninjauan terhadap bagaimana fakta-fakta neurologis berperan dalam membentuk kemampuan dasariah manusia untuk mempertahankan hidupnya.<sup>50</sup>

Dari beberapa pendapat tersebut, dapatlah dikatakan bahwa kecerdasan emosi menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain dan menggapainya dengan tepat, menerapkan dengan selektif energy emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari. Unsure penting kecerdasan emosi terdiri darikecakapan probadi (mengeloladiri sendiri), kecakapan social (menangani suatu hubungan), dan keterampilan social (kepandaian menggugah tanggapan yang dikehendaki pada orang lain).

Kecerdasan emosi bukan merupakan lawan kecerdasan intelektual yang biasa dikenal dnegan IQ, namun keduanya berinteraksi secara dinamis. Pada kenyataannya, perlu diakui bahwa kecerdasan emosi memiliki peran sangat penting untuk mencapai kesuksesan disekolah, tepat kerja, dan dalam berkomunikasi di lingkungan masyarakat.

## 5. Aspek-Aspek Emotional Quotient

---

<sup>49</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Pustaka Setia, 2010) h.104

<sup>50</sup> Daniel Goleman *Op, Cit*, h.15

Emotional Quotient dalam setiap individu berbeda. Kecerdasan emosional seseorang dapat diketahui melalui ciri-ciri kecerdasan emosi itu sendiri. Goleman mengemukakan bahwa “Emotional Quotient yaitu mengenali emosi diri atau kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.”<sup>51</sup>

a. Mengenali emosi diri

Kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosi. Pada tahap ini diperlukan adanya pemantapan perasaan dari waktu ke waktu agar timbul wawasan psikologi dan pemahaman tentang diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berbeda dalam kekuasaan perasaan sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebut kesadaran diri sebagai *metamood*, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Yusuf Al-Uqshari: jika seseorang tidak dapat menguasai emosinya sendiri maka orang tersebut memiliki temperamen yang tinggi, maka seseorang tersebut harus dibebaskan dari seluruh kebiasaan buruk ini serta memberikan solusi untuk berinteraksi dengan sesama.<sup>52</sup> Kecerdasan diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan

---

<sup>51</sup> Daniel Goleman, *Ibid*, h.58-59

<sup>52</sup> Yusuf Al-Uashari, *Sukses Bergaul: Menjalin Interaksi dari Hati*, (Jakarta: Gema Insani, 2005) h.79

salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sebagai individu mudah menguasai emosi.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi berarti mengalami perasaan agar terungkap dengan tepat. Hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri. Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat. Sebaliknya, orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus-menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negative yang merugikan dirinya sendiri.

c. Memotivasi diri

Kemampuan seseorang memotivasi diri dapat ditelusuri melalui hal-hal berikut: cara mengendalikan dorongan hati, derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap kerja seseorang, kekuatan berpikir positif, optimism dan keadaan mengikuti yaitu keadaan ketika perhatian seseorang sepenuhnya tercurah kedalam apa yang sedang terjadi, kerjaannya hanya terfokus pada satu objek. Dengan kemampuan memotivasi diri, seseorang cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya.

d. Mengenali emosi orang lain

Empati atau mengenal orang lain dibangun berdasarkan kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, ia akan terampil membaca perasaan orang lain.

Sebaliknya apabila seseorang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri, ia tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan oranglain sehingga ia lebih mudah menerima sudut pandang orang lain. Kemudian peka terhadap perasaan oranglain dan lebih mampu untuk mendengarkan oranglain. Anak- anak yang tidak mampu membaca atau mengungkapkan emosi dengan baik akan terus-menerus merasa frustrasi.<sup>53</sup> Seseorang yang mampu membaca emosi orang lain juga memiliki kesadaran diri yang tinggi. Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, maupun mengenali dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain.

e. Membina hubungan dengan orang lain

Seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan social yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan, seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan social. Tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam ini menyebabkan seseorang seringkali dianggap angkuh, mengganggu, atau tidak berperasaan. Orang-orang yang terampil dalam kecerdasan emosional dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan orang lain, mampu memimpin dan mengorganisasi, dan pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan mereka. Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain

---

<sup>53</sup> Daniel Goleman, *Op,Cit*,h 172

dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana peserta didik mampu membina hubungan dengan oranglain. Sejauh mana kepribadian peserta didik berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya.

Berdasarkan penjabarannya tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi terdiri dari lima komponen yaitu:

1. Kemampuan Intrapersonal meliputi:

- a. Kesadaran diri emosional, yaitu kemampuan untuk mengakui atau mengenal perasaan diri, memahami hal yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebabnya.
- b. Asertivitas meliputi tiga komponen dasar, yaitu (a) kemampuan untuk mengungkapkan perasaan, (b) kemampuan mengungkapkan keyakinan dan gagasan secara terbuka, (c) kemampuan mempertahankan kebenaran dengan cara yang tidak destruktif.
- c. Harga diri, yaitu kemampuan menghargai dan menerima diri sendiri sebagai sesuatu yang baik, atau kemampuan mensyukuri berbagai aspek positif dan kemampuan yang ada dan juga menerima aspek negative dan keterbatasan yang ada pada diri dan tetap menyukai diri sendiri.
- d. Aktualisasi diri yaitu kemampuan menyadari kapasitas potensial yang dimiliki dengan tujuan mengembangkan kemampuan dan bakat secara maksimal.

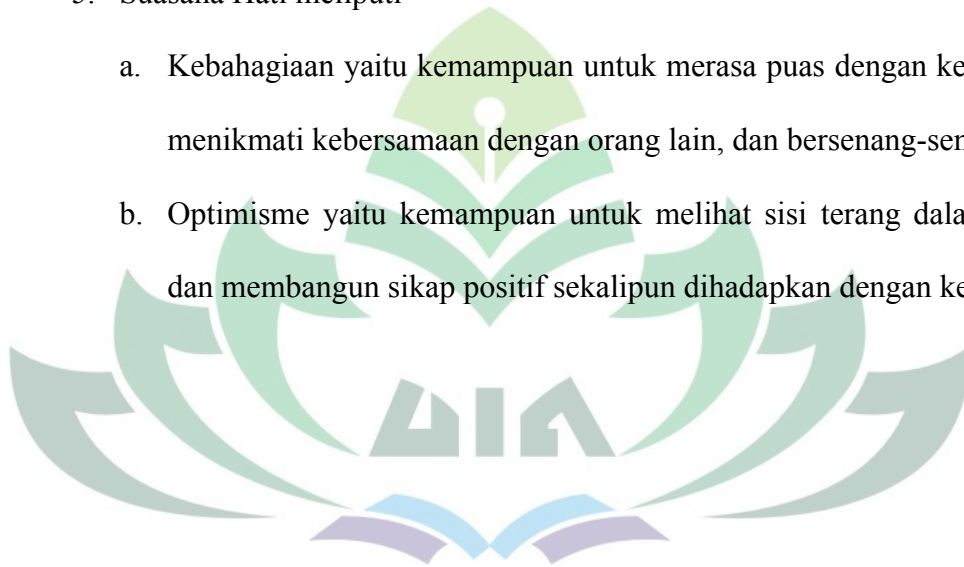
- e. Kemandirian yaitu kemampuan mengatur atau mengarahkan diri dan mengendalikan diri dalam berfikir dan bertindak serta tidak tergantung pada orang lain secara emosional
2. Kemampuan interpersonal meliputi:
- a. Empati yaitu kemampuan menyadari, memahami, menghargai perasaan orang lain dan juga kemampuan untuk peka terhadap perasaan dan pikiran orang lain.
  - b. Hubungan interpersonal yaitu kemampuan menjalin dan mempertahankan hubungan yang saling memuaskan yang dicirikan dengan keakraban serta member dan menerima kasih sayang.
  - c. Tanggung jawab sosial yaitu kemampuan menunjukkan diri sendiri dengan bekerjasama, serta berpartisipasi dalam kelompok sosialnya
3. Penyesuaian Diri meliputi
- a. Pemecahan masalah yaitu kemampuan mengenali masalah serta menghasilkan dan melaksanakan solusi yang secara potensial efektif.
  - b. Uji realitas yaitu kemampuan menilai kesesuaian antara apa yang dialami atau dirasakan dan kenyataan yang ada secara objektif dan sebagaimana adanya bukan sebagaimana yang diinginkan atau diharapkan.
  - c. Fleksibilitas yaitu kemampuan mengatur emosi, pikiran dan tingkah laku untuk mengubah situasi dan kondisi.
4. Penanganan stress meliputi



- a. Ketahanan menanggung stress yaitu kemamouan menahan peristiwa yang tidak menyenangkan , ketahanan menanggung stress ini berkaitan dengan kemampuan untuk tetap tenang dan sabar.
- b. Pengendalian impuls yaitu kemampuan menahan dan menunda gerak hati, dorongan dan godaan untuk bertindak

5. Suasana Hati meliputi

- a. Kebahagiaan yaitu kemampuan untuk merasa puas dengan kehidupan, menikmati kebersamaan dengan orang lain, dan bersenang-senang.
- b. Optimisme yaitu kemampuan untuk melihat sisi terang dalam hidup dan membangun sikap positif sekalipun dihadapkan dengan kesulitan.



### **BAB III**

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Jenis dan Sifat Penelitian**

Kata “Metode” yang artinya ”cara yang tepat untuk melakukan sesuatu; dan logos artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metode artinya cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai suatu tujuan.<sup>1</sup> Sedangkan penelitian adalah terjemahan dari bahasa Inggris yaitu ”research”, yang berarti usaha atau pekerjaan untuk mencari kembali yang dilakukan dengan suatu metode tertentu dan dengan cara hati-hati, sistematis serta sempurna terhadap permasalahan, sehingga dapat digunakan untuk menyelesaikan atau menjawab problemnya.

Jadi, yang dimaksud metode penelitian adalah suatu cara atau jalan untuk memperoleh kembali pemecahan terhadap segala permasalahan. Sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang pendidikan. Dalam suatu penelitian membutuhkan cara untuk penulisan yang baik dan tepat agar mencapai tujuan yang diinginkan, maka dalam upaya mengumpulkan data dan menganalisis data maka penulis menggunakan metode deskriptif karena akan memberikan gambaran tentang permasalahan melalui analisis dengan menggunakan pendekatan ilmiah sesuai dengan keadaan yang sebenarnya yaitu untuk mengetahui dampak yang terjadi akibat pelaksanaan Shalat Dhuha

---

<sup>1</sup>Cholid Narbuko, Abu Ahmad, *Metodelogi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara 1997), h. 1

terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

Jenis penelitian yang digunakan kualitatif karena data penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan.<sup>2</sup> Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan naturalistik untuk mencari dan menemukan pengertian atau pemahaman tentang fenomena dalam suatu latar yang khusus.<sup>3</sup>

Sesuai dengan rumusan masalah serta tujuan dan kegunaan penelitian, maka dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif juga bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis fakta, objek atau subjek apa adanya dengan tujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik objek yang diteliti secara tepat.<sup>4</sup> Dengan metode yang digunakan tersebut diharapkan dapat menghasilkan data deskripsi yang baik berupa kata-kata tertulis atau lisan dengan orang-orang yang perilakunya dapat diamati, sehingga tergambar jelas dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

## **B. Lokasi Dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung yang beralamat di Jalan Tamin No. 68 Bandar Lampung. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan selesai.

---

<sup>2</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfa Beta, 2012), h.6

<sup>3</sup>Tohirin, *metode penelitian kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), h. 2.

<sup>4</sup>Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), h. 174

### C. Penentuan Subjek dan Objek Penelitian

Penentuan subjek dan objek penelitian adalah usaha penentuan sumber data, artinya darimana data penelitian dapat diperoleh. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek adalah guru pembimbing shalat di SD Ar-Raudah Bandar Lampung sedangkan yang menjadi objek penelitian adalah dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di SD Ar-Raudah Bandar Lampung.

### D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan upaya peneliti dalam mengumpulkan data yang diperoleh dilapangan. untuk mendapatkan data-data yang akurat, maka dalam penelitian ini digunakan beberapa metode yaitu sebagai berikut:

#### 1. Metode observasi

Menurut Nana Sudjana observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti.<sup>5</sup> Observasi adalah tehnik pengumpulan data yang dilakukan melalui suatu pengamatan, dengan disertai dengan catatan-catatan terhadap keadaan atau prilaku objek sasaran.<sup>6</sup>

Dengan metode ini peneliti akan melakukan pengamatan langsung bagaimana dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di SD Ar-Rudah Bandar Lampung, guna mendapatkan info lebih lanjut mengenai pelaksanaan Shalat Dhuha tersebut.

---

<sup>5</sup>Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, (Bandung: Sinar Baru 2009), h, 84

<sup>6</sup> Abdurrahman Fathoni, *Metodologi Penelitian dan Tehnik Penyusunan Skripsi*, (Jakarta Rineka Cipta, 2011),h. 104

## 2. Metode wawancara/interview

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui proses tanya jawab, lisan yang berlangsung satu arah, artinya pertanyaan datang dari pihak yang mewawancarai dan jawaban diberikan oleh yang diwawancarai.<sup>7</sup> Wawancara juga merupakan Komunikasi langsung dalam bentuk tanya jawab dalam hubungan tatap muka, sehingga gerak dan mimik responden merupakan pola media yang melengkapi katakata secara verbal.<sup>8</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan interview bebas terpimpin yaitu, wawancara di mana peneliti hanya melihat pokok-pokok wawancara yang akan diteliti, selanjutnya dalam proses wawancara berlangsung mengikuti situasi.

Adapun yang menjadi subyek wawancara pada penelitian ini adalah Siswa Siswi kelas V Serta Guru Pembimbing Di Yayasan Mastal Musammid Sd Ar-Raudah Bandar Lampung, untuk menggali data yang berkenaan dengan pelaksanaan Shalat Dhuha hingga sikap Emosional siswa.

## 3. Metode dokumentasi

Metode dokumentasi adalah suatu cara pengumpulan data yang diperoleh dari dokumen-dokumen yang ada atau catatan-catatan yang tersimpan. Dengan dokumentasi yang diamati bukan benda hidup tetapi benda mati.<sup>9</sup> Teknik ini digunakan untuk memperoleh data-data yang tidak didapatkan dengan cara observasi dan wawancara/interview. Metode dokumentasi ini peneliti gunakan untuk

---

<sup>7</sup> Abdurrahman Fathoni, Op.Cit, h. 105

<sup>8</sup> Muhammad Faraouk & djaali, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Jakarta: Restu Agung, 2003), h.32

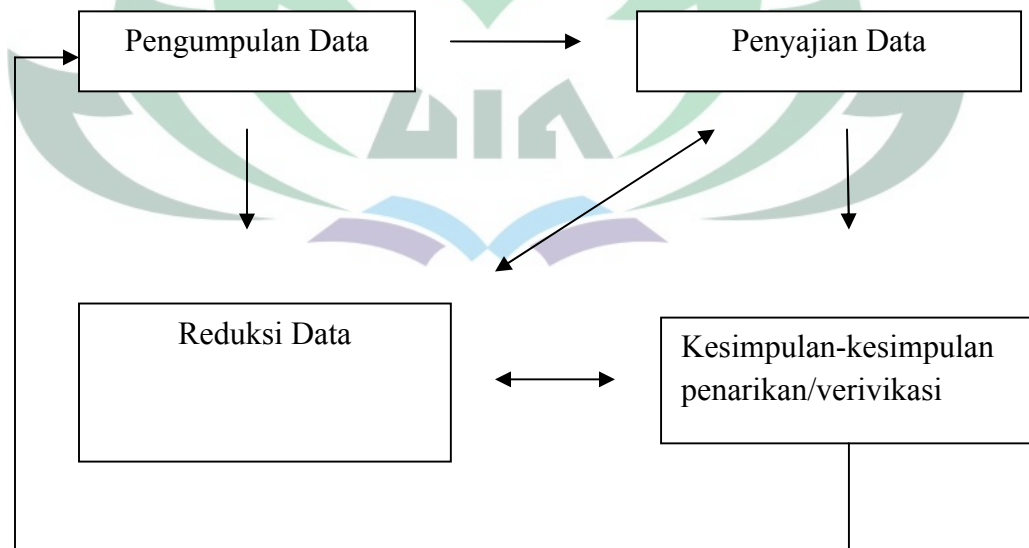
<sup>9</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 274



melengkapi data-data yang peneliti butuhkan misalnya memperoleh data mengenai sejarah berdirinya SD Ar-Raudah Bandar Lampung dan sebagainya.

### E. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis kualitatif yang bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan dengan pola hubungan tertentu. Adapun langkah-langkah yang harus dilalui dalam analisis data adalah reduksi data, penyajian data, verivication dan keabsahan.<sup>10</sup> Analisi data kualitatif adalah bersifat induktif, yaitu suatu analisis data berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan pola hubungan tertentu atau menjadi hipotesis. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.<sup>11</sup>



**Gambar.1.komponen dalam analisis data**

<sup>10</sup> S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kuantitatif*, (Bandung: tarsito,2009), h.127

<sup>11</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h.335

### 1. Reduksi Data (Data Reduction)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya. Reduksi data juga berarti sebagai sebuah proses pemilihan. Reduksi data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah analisis menajam, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasikan data mengenai dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar Raudah Bandar Lampung dengan cara sedemikian rupa dapat ditarik kesimpulan dan kemudian di verifikasi. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

### 2. Penyajian Data (*Data Display*)

Langkah selanjutnya setelah mereduksi data ialah mendisplay data. Melalui penyajian data tersebut, maka dapat terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah dipahami. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya.<sup>12</sup>

### 3. Penarikan Kesimpulan (*Verification*)

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang akan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada

---

<sup>12</sup>*Ibid*, h. 341

tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal dan interaktif, hipotesis atau teori.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Ibid, h. 345

## BAB IV

### LAPORAN HASIL PENELITIAN

#### A. Tinjauan Umum SD Ar Raudah Bandar Lampung

##### a. SD Ar-Raudah

SD Ar-Raudah Bandar Lampung merupakan sekolah dasar yang berdiri pada tahun 2016 yang berlokasi di jalan tamin No. 68 sukajawa tanjung karang barat bandar lampung.<sup>1</sup> Sekolah ini bersifat umum (swasta). Di era globalisasi yang sedang berkembang pesat SD Ar-Raudah diharapkan bisa menjadi salah satu wadah yang menyumbangkan SDM nya untuk membentuk insan yang berilmu tinggi, berwawasan luas serta dapat mengembangkan potensi generasi muda islam yang kompeten, baik dibidang pendidikan umum maupun agama. Disamping itu juga SD Ar-Raudah sebagai wadah untuk mengantarkan generasi muda islam dari keterpurukan dan keterbelakangan menuju sebuah reformasi bernuansa modern, dengan tetap menjaga dan memegang teguh aqidah islam yang telah diajarkan Al-Quran dan Hadist.

##### b. Profil Sd Ar-Raudah Bandar Lampung

NO	IDENTITAS SEKOLAH	
1	Nama Sekolah	: SD AR-RAUDAH
2	NSS	: 102126004004
3	NPSN	: 10811215
4	Jenis Sekolah	: Sekolah Dasar
5	Alamat Sekolah	: Jl. Tamin No. 68
	Desa/Kelurahan	: Sukajawa
	Kecamatan	: Tanjung Karang Barat
	Kabupaten/Kota	: Bandar Lampung

---

<sup>1</sup> Dokumentasi data SD AR-Raudah 02 juni 2017

	Provinsi	: Lampung
	Negara	: Indonesia
6	No. Telepon	: (0721) 263341/081540856660
7	Alamat Email	: <a href="mailto:sd.arraudah@yahoo.com">sd.arraudah@yahoo.com</a> <a href="mailto:sartika290@gmail.com">sartika290@gmail.com</a>
8	Status Sekolah	: Swasta
9	Kelompok Sekolah	: IMBAS
10	Akreditasi	: A
11	Status Kepemilikan	: Yayasan
12	SK Izin Pendirian Sekolah	
	No	: 421/491/08/2009
	Tanggal	: 23/02/2009
13	Tahun Berdiri	: 2006
14	Kegiatan Belajar Mengajar	: Pagi

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-Raudah Bandar lampung T.P 2016/2017*

### c. Visi, Misi Dan Tujuan Sekolah

**Visi Satuan Pendidikan:** sekolah Dasar Ar-Raudah adalah “Membentuk generasi Islam masa depan yang CERIA DAN MANDIRI”

Dengan visi tersebut, maka **Misi Satuan Pendidikan:** Ar-Raudah adalah membentuk anak-anak menjadi manusia yang :

- a. C : Cinta Ilmu Sepanjang Masa
- b. E : Enggan Berputus Asa walaupun Rintangan Menghadang
- c. RIA : Riang Gembira dalam Menyelesaikan Tugas
- d. M : Motivasi yang Besar untuk terus Membaca, Memahami dan mengamalkan ilmu yang bermanfaat
- e. A : Aktif, Kreatif dan Trampil dalam Menyelesaikan Tugas



- f. N : Normatif dalam Setiap Langkah dan Perilaku
- g. D : Dekat dan Bersahabat dengan teman/orang lain tanpa pilih kasih
- h. I : Imajinasi yang tinggi dalam menerima setiap tugas yang diberikan
- i. R : Rajin menjaga dan merawat diri dan peralatan sendiri
- j. I : Iman dan Taqwa Kepada Allah SWT akan selalu ditingkatkan

### **Tujuan Sekolah**

Tujuan Sekolah Dasar Ar-Raudah adalah mengembangkan kecerdasan intelektual, kecerdasan spiritual, dan kecerdasan adversitas anak. Dapat dijabarkan sebagai berikut :

- 1) Siswa/siswi yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT dengan amalan dan perbuatan yang baik.
- 2) Siswa/siswi yang mencintai ilmu dan mengamalkannya dalam kehidupan.
- 3) Siswa/siswi yang tidak mudah putus asa dan pantang menyerah dalam berusaha
- 4) Siswa/siswi yang terbiasa positive thinking dalam menghadapi kehidupan, sehingga terjadi keseimbangan dalam hidupnya.
- 5) Siswa/siswi yang memiliki motivasi besar untuk terus belajar dan belajar.
- 6) Siswa/siswi yang aktif, kreatif, inovatif dan imajinasi dalam menjalani kehidupannya

- 7) Siswa/siswi yang berperilaku sesuai dengan norma-norma sosial dan agama yang dianutnya.
- 8) Siswa/siswi yang mampu bersosialisasi pada semua kalangan tanpa pilih kasih.

#### **d. Data Ketenagaan**

Guru merupakan profil serta figure yang tidak dapat dilepaskan dari dunia pendidikan. Guru merupakan sosok penentu terhadap keberhasilan suatu kegiatan belajar mengajar. Disamping itu, guru harus menjadi perhatian bagi sebuah institusi pendidikan, karena guru akan menunaikan tugasnya dengan baik atau dapat bertindak sebagai tenaga pengajar yang efektif, jika padanya terdapat berbagai kompetensi keguruan dan melaksanakan fungsinya sebagai guru.

**Tabel 3**  
**Rekapitulasi Data Guru Sd Ar-Raudah Tahun Pelajaran 2016-2017**

No	Nama	Jabatan
1	Dewi Sartika, S.Pd	Kepala Sekolah
2	Anggi Winda, S.Kom	Guru Komputer
3	Arina Susila, S.Pd	Guru Kelas
4	Angger Wulan Sari, S.Pd	Guru Kelas
5	Annisa Nur Ardia, S.Pd	Guru Kelas
6	Andini Tri Jayanti, S.Pd	Guru Kelas
7	Asep Rohman, M.Pd	Guru Agama
8	Devi Okta P, S.Pd	Guru Kelas
9	Dhika Vefniawati, S.Pd	Guru Kelas
10	Dwi Meisen Vajri, S.Pd	Guru Penjaskes
11	Eli Suryamin, S.SosI	Guru Agama
12	Eresi Yuliani Putri, S.Pd	Guru Kelas
13	Erika Octaviani, S.Pd	Guru Kelas
14	Ervina, S.Pd	Guru Kelas
15	Jeni Eka Fristia, S.Pd	Guru Kelas
16	Lia Herniza, S.Pd	Guru Kelas
17	Maryeni, S.Pd	Guru Kelas

18	Maulina Giltrie, SE	Guru Kelas
19	Muslim, S.Ag	Guru Agama
20	Nana Aprilia. C, S.Pd	Guru Kelas
21	Rahayu Ariani, S.Pd	Guru Kelas
22	Siti Alifah, S.Pd	Guru Penjaskes
23	Siti Aminah, S.Pd	Guru Kelas
24	Ulfiana Kurniawati, S.Pd	Guru Kelas
25	Ummu Madinah, S.Pd	Guru Kelas
26	Widya Kartika, S.Sos.I	Guru Agama
27	Winarni, S.Pd	Guru Kelas
28	Winda Budiarti, S.Pd	Guru Kelas
29	Restu Danang. S. E i	Guru Agama
30	Aprilda Utama, S.E	Bendahara
31	Vivi Oktaviarni, S.Sos	TU
32	Miftahudin	Perpustakaan
33	Yeni Novalia, A.Md, Kes	UKS

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-Raudah Bandar Lampung T.P 2016/2017*

**e. Data Siswa**

Keadaan siswa tahun pelajaran 2016-2017 SD Ar-Raudah mempunyai jumlah keseluruhan siswa siswi sebanyak 430 siswa. Diantara enam tingkatan, yaitu untuk kelas I terdapat tiga kelas, kelas II terdapat empat kelas, kelas III terdapat empat kelas, kelas IV terdapat tiga kelas, kelas V terdapat tiga kelas, kelas VI terdapat tiga kelas. Masing-masing kelas berisikan 20 sampai 24 siswa, hal ini bertujuan agar bisa lebih fokus pada peserta didik dan diharapkan dapat mencapai hasil yang maksimal dalam proses belajar mengajar. Para siswa SD Ar-Raudah juga di bina dengan mengembangkan minat dan bakatnya, mengoptimalkan segala potensi diri yang dimiliki untuk mampu bersaing memposisikan diri ditengah masyarakat modern.

**Tabel 4**  
**Data Jumlah Siswa Tahun 2016/2017**

NO.	KELAS	JUMLAH SISWA		TOTAL SISWA
		L	P	
1	IA IBNU NAFIS	12	9	21
2	IB IBNU SINA	10	11	21
3	IC IBNU RUSYD	11	11	22
4	IIA ABU KHAYR	10	11	21
5	IIB AL HAYTSAM	12	9	21
6	IIC ABDUSSALAM	10	11	21
7	II D ABU HURAIRAH	12	9	21
8	IIIA AL IDRISI	12	11	23
9	IIIB AL KINDI	11	13	24
10	IIIC AL KHALILI	11	12	23
11	IIID UMAR KHAYYAN	12	11	23
12	IVA IMAM MUSLIM	12	12	24
13	IVB IMAM BUKHORI	15	9	24
14	IVC IMAM NAWAWI	12	11	23
15	VA JABIR BIN HAYYAN	12	9	21
16	VB AL KALASADI	10	10	20
17	VC AL GHAZALI	11	10	21
18	VIA ABU KAMIL SUJA	9	10	19
19	VIB AL KHAWARIZMI	9	10	19
20	VIC AL BATANI	8	10	18
<b>JUMLAH SISWA KESELURUHAN</b>		<b>221</b>	<b>209</b>	<b>430</b>

*Sumber: Dkumentasi SD Ar-Raudah Bandar Lampung T.P 2016/2017*

**f. Sarana Prasarana**

**Tabel 5**  
**Jumlah dan Kondisi Keadaan Sarana (Bangunan)**

No	RUANG	JUMLAH (LOKAL)
1	Ruang Kelas/Belajar	20
2	Ruang Perpustakaan	1
3	Ruang Laboratorium Komputer	1
4	Ruang Uks	1
5	Ruang Aula/Pertemuan	1
6	Kantin Siswa	1
7	Wc - Khusus Guru	2

	- Khusus Murid	15
8	Mushola	1

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-Raudah Bandar Lampung*

**Tabel 6**  
**Data Keadaan Meubeler Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar**  
**Lampung**

NO	NAMA GEDUNG	JUMLAH
1	MEJA SISWA	430
2	KURSI SISWA	440
3	MEJA GURU	28
4	MEJA TAMU	2
5	LEMARI KELAS	20
6	LEMARI KEPALA SEKOLAH	1
7	LEMARI PERPUSTAKAAN	4
8	PAPAN TULIS KELAS	23
9	PAPAN STATISTIK	1
10	PAPAN ABSEN GURU	20

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-RaUDAH Bandar Lampung*

**g. Kegiatan terprogram**

**1. Program Jangka Panjang**

Pengembangan diri merupakan kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah. Kegiatan pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian murid yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling berkenaan dengan masalah pribadi dan kehidupan sosial, kegiatan belajar dan mengembangkan karir, serta kegiatan ekstrakurikuler untuk pengembangan talenta peserta didik.

- a) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif,



- b) Afektif dan psikomotor.
- c) Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif.
- d) Dapat mengetahui mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan mata pelajaran lainnya.

## 2. Program Jangka Pendek

Pengembangan diri yang berlandaskan ahlakul karimah dengan bertujuan menunjang pendidikan peserta didik dalam mengembangkan :

- 1) Bakat
- 2) Minat
- 3) Kreatifitas
- 4) Kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan
- 5) Kecakapan sosial
- 6) Kecerdasan emosional
- 7) Kompetensi ilmiah
- 8) Wawasan dan pengembangan teknologi informasi ( IT )
- 9) Kemampuan pemecahan masalah
- 10) Kemandirian

## B. Penyajian Data

Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan dokumentasi tentang pelaksanaan shalat dhuha dan *Emotional Quotient* SD Ar-Raudah Bandar Lampung yang peneliti dapatkan selama mengadakan penelitian di lapangan sebagai berikut :

### 1. Pelaksanaan Shalat Dhuha

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan selama di sekolah, pelaksanaan shalat dhuha yaitu dilakukan sebelum jam pelajaran dimulai, tepatnya pada pukul 07.15 WIB bagi seluruh siswa dan siswi yang berjumlah 430 siswa. Pelaksanaan

shalat dhuha ini dilaksanakan dengan cara berjamaah, namun tempat pelaksanaannya dibagi menjadi dua tempat yakni, untuk kelas I-III yang berjumlah 241 dilakukan di mushala sekolah dengan imam seorang guru, dan untuk kelas IV-VI yang berjumlah 189 dilakukan didalam aula sekolah. tanpa di imami oleh guru. Masing-masing tempat dapat pengawasan dari guru-guru, terlebih untuk kelas I-III yang memang sangat membutuhkan perhatian, disamping mendampingi para siswa untuk melaksanakan shalat dhuha, para guru juga ikut melaksanakan shalat dhuha secara jamaah.

“setelah selesai shalat dhuha anak-anak melakukan dzikir dan membacakan asmaul husna maupun shalawat nabi yang memang mereka sudah hafal, jika dihari sabtu anak-anak hanya melakukan kegiatan shalat dhuha dan mereka melanjutkan dengan mengaji dengan guru pembimbing masing-masing kemudian melaksanakan ekskul, para umi dan abi mengawasi pelaksanaan Shalat Dhuha. semua kegiatan ini dijadikan kegiatan rutin oleh sekolah setiap hari”<sup>2</sup>

Berdasarkan observasi<sup>3</sup> yang peneliti lakukan, siswa-siswi SD Ar-Raudah Bandar Lampung melaksanakan kegiatan shalat dhuha dengan semangatnya, sebelum bel berbunyi mereka sudah siap-siap di tempat mereka melakukan ibadah shalat dhuha walaupun masih ada beberapa yang berlarian kesana kemari terutama kelas I yang masih harus di ingatkan kembali. Kegiatan ini menjadi rutinitas setiap pagi bagi para siswa sebelum menerima pelajaran. Di samping itu SD Ar-Raudah merupakan sekolah umum satu-satunya yang menjalankan kegiatan wajib pelaksanaan shalat dhuha berjamaah sebelum jam pelajaran dimulai. Dengan demikian banyak para wali

---

<sup>2</sup> Ely Suryamin, Wawancara Dengan Penulis, SD Ar-Raudah, 12 februari 2017

<sup>3</sup> Hasil observasi pada tanggal (31 mei 2017)

murid yang ingin memasukkan anak-anaknya di sekolah ini, bertujuan agar anak mereka memiliki ilmu agama yang baik dan menjadi anak yang berakhlak mulia, demikian halnya tujuan dari sekolah SD Ar-Raudah ini ialah menciptakan generasi yang mempunyai akhlakul karimah namun tetap modern. karena bukan hanya shalat dhuha saja yang dijadikan kegiatan wajib, melainkan banyak kegiatan lainnya yang bisa membuat keterampilan para siswa semakin terarah.

Peneliti mencoba mewawancarai beberapa siswa tentang bagaimana tanggapan mereka setelah melaksanakan shalat dhuha. Dari hasil wawancara menunjukkan bahwa banyak dari mereka yang merasa tenang setelah melaksanakan shalat dhuha, bahkan merasa hatinya bersih, seperti yang dikatakan rafli “iya bu setelah saya shalat dhuha hati saya merasa tenang, dan badan terasa sehat karna pagi hari sudah melakukan gerakan shalat.”<sup>4</sup> namun ada pula yang beranggapan biasa saja, seperti yang diutarakan biyan “setelah saya melaksanakan shalat dhuha, perasaan saya biasa aja bu malahan capek, gerah”<sup>5</sup>.

Melihat hasil wawancara diatas, menunjukkan bahwa tidak semua siswa merasakan ketenangan usai melaksanakan shalat dhuha, para siswa yang tidak merasakan ketenangan beranggapan ini hanya peraturan yang wajib dipatuhi di sekolah, beberapa dari mereka belum mengerti keutamaan dalam melaksanakan shalat dhuha. dengan demikian sangatlah diperlukan untuk para guru pembimbing lebih mengajarkan ajaran/faedah tentang shalat dhuha dengan lebih mendalam

---

<sup>4</sup> Rafli Akbar Hakim, Wawancara dengan Penulis SD Ar-Raudah , 02 juni 2017.

<sup>5</sup> Biyan Salwa Adhytia Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah 02 juni 2017.

terhadap para siswa, agar dalam melaksanakan shalat dhuha para siswa bisa mengambil dampak dari diwajibkannya pelaksanaan shalat dhuha bagi mereka sendiri.

## 2. Emotional Quotient Siswa kelas V *Jabir Bin Hayan*

Kecakapan emosional mencakup pengendalian diri, semangat dan ketekunan, serta kemampuan memotivasi diri sendiri. Kecerdasan emosional dapat diajarkan dan akan memberikan peluang yang lebih baik dalam memanfaatkan potensi intelektual.

Berdasarkan observasi bahwa siswa-siswi SD Ar-Raudah mempunyai tes kecerdasan sebelum memasuki sekolah, namun data tersebut tidak bisa di publikasikan, namun sebagai data pengganti peneliti mendapatkan nilai-nilai afektif para siswa-siswi, bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 6**  
**Nilai Sikap Sosial Kelas V-A Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah**  
**Bandar Lampung**

NILAI SIKAP SOSIAL											
No urut	Nama siswa	Jujur					Disiplin				
		1	2	3	4	skala	1	2	3	4	Skal
1	Abby Rasyid Supriyadi			✓				✓			
2	Afkar Sidqi Andriyan		✓					✓			
3	Akhmad Rafli Kurniawan			✓					✓		
4	Biyan Salwa Adhytia		✓					✓			
5	Dyanis Putri Meilani			✓					✓		

6	Fatiha Aliya Rifqa Nayadra		✓					✓			
7	Fazira Ulima Tsani			✓					✓		
8	Maurel Chairinniswah Yasmine		✓					✓			
9	M. Arsyafwan Hasibuan			✓					✓		
10	M. Daffa Yunanda			✓				✓			
11	M. Dzaki Rosidi			✓					✓		
12	M. Fathur Rahman		✓					✓			
13	M. Radifan Arrafi			✓					✓		
14	M. Zia Irshad Zidny		✓					✓			
15	Nabila Siti Alkutsar		✓					✓			
16	Nadine Maharani Aldito			✓					✓		
17	Rafi Zakwan Eka Putra			✓					✓		
18	Rafli Akbar Hakim			✓					✓		
19	Risha Revia Rozdiana		✓						✓		
20	Wafa Naila Zzahra		✓					✓			

No urut	Nama siswa	Tanggung jawab					Santun				
		1	2	3	4	skala	1	2	3	4	Skal
1	Abby Rasyid Supriyadi		✓						✓		
2	Afkar Sidqi Andriyan		✓						✓		
3	Akhmad Rafli Kurniawan		✓						✓		
4	Biyan Salwa		✓						✓		



	Adhytia											
5	Dyanis Putri Meilani			✓					✓			
6	Fatiha Aliya Rifqa Nayadra		✓						✓			
7	Fazira Ulina Tsani			✓					✓			
8	Maurel Chairinniswah Yasmine		✓						✓			
9	M. Arsyafwan Hasibuan			✓					✓			
10	M. Daffa Yunanda		✓						✓			
11	M. Dzaki Rosidi			✓					✓			
12	M. Fathur Rahman		✓						✓			
13	M. Radifan Arrafi			✓					✓			
14	M. Zia Irshad Zidny		✓						✓			
15	Nabila Siti Alkutsar		✓						✓			
16	Nadine Maharani Aldito			✓					✓			
17	Rafi Zakwan Eka Putra		✓						✓			
18	Rafli Akbar Hakim			✓					✓			
19	Risha Revia Rozdiana			✓					✓			
20	Wafa Naila Zzahra		✓					✓				

No urut	Nama siswa	Peduli					Percaya diri				
		1	2	3	4	skala	1	2	3	4	Skal
1	Abby Rasyid Supriyadi		✓						✓		
2	Afkar Sidqi		✓						✓		

	Andriyan											
3	Akhmad Rafli Kurniawan			✓				✓				
4	Biyan Salwa Adhytia			✓					✓			
5	Dyanis Putri Meilani		✓						✓			
6	Fatiha Aliya Rifqa Nayadra			✓					✓			
7	Fazira Ulima Tsani			✓					✓			
8	Maurel Chairinniswah Yasmine		✓						✓			
9	M. Arsyafwan Hasibuan			✓					✓			
10	M. Daffa Yunanda			✓				✓				
11	M. Dzaki Rosidi		✓						✓			
12	M. Fathur Rahman		✓					✓				
13	M. Radifan Arrafi			✓					✓			
14	M. Zia Irshad Zidny			✓					✓			
15	Nabila Siti Alkutsar			✓				✓				
16	Nadine Maharani Aldito		✓					✓				
17	Rafi Zakwan Eka Putra			✓				✓				
18	Rafli Akbar Hakim			✓					✓			
19	Risha Revia Rozdiana			✓				✓				
20	Wafa Naila Zzahra			✓					✓			

No urut	Nama siswa	Kerjasama					Ketelitian				
		1	2	3	4	skala	1	2	3	4	Skal

1	Abby Rasyid Supriyadi		✓					✓			
2	Afkar Sidqi Andriyan		✓					✓			
3	Akhmad Rafli Kurniawan			✓				✓			
4	Biyana Salwa Adhytia		✓					✓			
5	Dyanis Putri Meilani		✓					✓			
6	Fatiha Aliya Rifqa Nayadra		✓					✓			
7	Fazira Ulina Tsani		✓					✓			
8	Maurel Chairinniswah Yasmine			✓				✓			
9	M. Arsyafwan Hasibuan		✓					✓			
10	M. Daffa Yunanda		✓					✓			
11	M. Dzaki Rosidi		✓					✓			
12	M. Fathur Rahman		✓					✓			
13	M. Radifan Arrafi			✓				✓			
14	M. Zia Irshad Zidny		✓					✓			
15	Nabila Siti Alkutsar		✓					✓			
16	Nadine Maharani Aldito		✓					✓			
17	Rafi Zakwan Eka Putra		✓					✓			
18	Rafli Akbar Hakim			✓				✓			
19	Risha Revia Rozdiana		✓					✓			
20	Wafa Naila Zzahra		✓					✓			

*Sumber: Dokumentasi SD Ar-Raudah Bandar Lampung T.P 2016/2017*

*Keterangan :*

4 (SB) = Sangat Baik

3 (B) = Baik

2 (C) = Cukup

1 (K) = Kurang

Berdasarkan wawancara<sup>6</sup> peneliti terhadap wali kelas V-A mengatakan

“untuk kelas V *Jabir Bin Hayan* berjumlah 20 siswa namun salah satunya belajar di rumah dikarenakan ada musibah, terkait sikap para siswa didalam kelas sangat beragam, ada yang sangat memperhatikan namun ada juga yang tidak, perbedaan sikap emosioanal siswa kelas V terkadang membuat mereka susah untuk bersosialisasi, saling ejek cenderung terjadi, namun masih bisa diselesaikan, namun mereka rata-rata memiliki sikap baik jika mengenai keagamaan, dikarenakan dari kelas I dibiasakan beribadah.”

Dari hasil wawancara terhadap wali kelas V-A menyebutkan bahwa *“perbedaan sikap emosioanal siswa kelas V terkadang membuat mereka susah untuk bersosialisasi, saling ejek cenderung terjadi”* Dengan demikian peneliti ingin mengetahui bagaimana dampak dari pelaksanaan shalat dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa.

Hasil wawancara tersebut bisa mempermudah peneliti menemukan para siswa yang sekiranya kurang dalam mengatur emosi mereka. Berkaitan dengan sikap para siswa setelah melaksanakan shalat dhuha, peneliti menekankan dalam mengatur emosi, karena pada masa anak-anak sikap emosional sangat penting jika tidak dikendalikan dengan baik. Indikator dalam *Emotional Quotient* ialah<sup>7</sup> :

- a. Mengenali emosi diri sendiri
- b. mengelola emosi

<sup>6</sup> Devi Okta Puspitasari tanggal, Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah, 31 mei 2017

<sup>7</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelegence* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002) h.

- c. memotivasi dirinya sendiri
- d. mengenali emosi orang lain atau empati
- e. membina hubungan yang baik dengan orang lain

Berdasarkan indikator diatas Peneliti mengambil tiga dari indikator tersebut, yakni *a) memotivasi diri, b) mengenali emosi orang lain, c) membina hubungan dengan orang lain*. Dan peneliti lagi-lagi melakukan wawancara terhadap siswa dengan melontarkan beberapa pertanyaan yang berhubungan dengan indikator tersebut, Dalam wawancara terhadap beberapa siswa kelas V peneliti mendapatkan hasil wawancara yang beragam yang rata-rata para siswa bisa mengenali emosi diri mereka sendiri, bahkan ketika peneliti bertanya tentang cara mengelola emosi, para siswa sangat unik dalam jawabannya, seperti yang dikatakan oleh Maurel “kalau aku sedang emosi cara mengatur emosinya aku selalu menahan ibu jari aku bu sambil mengucap istighfar”<sup>8</sup>, namun berbanding terbalik dengan biyan yang mengatakan “kalau aku bu jika ada yang membuat aku emosi aku akan melawannya bu, itu ajaran mama”<sup>9</sup>. Para siswa juga bisa melihat emosi teman-temannya, dan berkat para temannya mereka bisa memotivasi diri mereka. Dalam membina hubungan terhadap orang lain ada yang pemilih dan ada juga yang tidak, seperti dikatakan nadin “saya senang banyak teman bu belajar juga sukanya berkelompok, tapi kalau temannya nakal saya gak mau berteman dengan nya”.<sup>10</sup> Dari keseluruhan pertanyaan yang peneliti berikan, bisa dikatakan mereka memiliki kecerdasan emosional yang berbeda-beda, dari indikator yang peneliti jadikan pertanyaan interview, para siswa menjawabnya dengan baik.

---

<sup>8</sup> Maurel Chairinniswah Yasmine, Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah, 02 juni 2017.

<sup>9</sup> Biyan Salwa Adhytia, Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah, 02 juni 2017.

<sup>10</sup> Nadine Maharani Aldito, Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah, 02 juni 2017.



### 3. Dampak Pelaksanaan Shalat Dhuha Terhadap Emotional Quotient Siswa Kelas V

Berdasarkan hasil wawancara<sup>11</sup> tentang bagaimana dampak yang terjadi terhadap *Emotional Quotient*, peneliti mendapatkan dampak positif dimana setelah melaksanakan kegiatan shalat dhuha para siswa lebih tertib dan peduli dengan teman, dan siswa lebih siap untuk belajar dengan percaya diri dalam berekspresi. Kita ketahui Dampak merupakan pengaruh kuat yang mendatangkan akibat (baik negatif maupun positif). Bisa dilihat dari pemaparan sebelumnya peneliti telah membahas apa-apa yang berkaitan dengan shalat dhuha dan kecerdasan emosional.

Diketahui banyak sekali masalah-masalah yang terjadi antar siswa satu dengan yang lainnya diluar jam pelajaran, terlebih peneliti menjadi tenaga kerja sebagai pelatih pramuka, membuat peneliti semakin paham bagaimana emosional siswa Ar-Raudah seperti halnya *saling ejek, dan salah paham*. Hal ini berdampak pada perkembangan emosional anak, namun para guru dapat mengatasinya dengan cara memanggil, memberi nasihat dan diberikan hukuman berupa kasih sayang, para guru memberi hukuman kasih sayang guna para siswa lebih bisa diajak berbicara dan diberi arahan. Hukuman ini tentu sangat ampuh dilihat dari perkembangan mental anak disekolah dasar yang rawan akan perubahan dan rentan terhadap kekerasan, disini pihak sekolah maupun orang tua berperan penting dalam memperhatikan perkembangan emosional siswa. Disini pihak sekolah mempunyai cara bagaimana cara menstabilkan emosional siswa, yaitu dengan cara mengajak mereka

---

<sup>11</sup> Eli Suryamin , Wawancara dengan penulis, SD Ar-Raudah 09 juni 2017.

melaksanakan ibadah shalat di pagi hari yakni shalat dhuha, kegiatan ini menjadi obat bagi siswa yang cenderung memiliki emosional tinggi.

Bagi *Emotional Quotient* siswa, pelaksanaan shalat dhuha membawa dampak yang sangat baik, terlebih sistem pelaksanaan shalat dhuha yang menjadikan anak lebih banyak berinteraksi dan berekspresi antar sesama teman maupun guru, seperti yang dikatakan oleh Risha “ketika aku sedang marah/emosi saya bisa mengendalikannya dengan istighfar dan shalat dhuha membuat saya merasa lebih baik”<sup>12</sup>. Mendapatkan dampak yang sangat baik dari pelaksanaan shalat dhuha setiap harinya, Terlihat para siswa lebih senang dalam melaksanakan shalat dhuha, bahkan mereka merasakan ketenangan tersendiri hingga merasa hatinya lebih bersih, Disini terlihat lebih banyak yang menjawab pertanyaan dengan baik, terkait mengendalikan emosi mereka, walaupun ada satu atau dua siswa yang dikatakan belum bisa mengendalikan emosinya.

### **C. Analisis Data**

Sesuai dengan rancangan awal yang peneliti laksanakan bahwa metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Observasi, Interview, dan Dokumentasi, maka dalam bagian ini akan disajikan informasi data dari hasil Observasi, Interview, dan Dokumentasi. Penyajian data dilakukan secara berurutan dari hasil Observasi, Interview dan Dokumentasi mengenai pelaksanaan shalat dhuha dan dampaknya terhadap *Emotional Quotient* Siswa SD Ar-raudah Bandar Lampung.

---

<sup>12</sup> Risha Revia Rozdiana, Wawancara dengan Penulis, SD Ar-Raudah 09 juni 2017.

### **1. Pelaksanaan shalat dhuha**

Hasil wawancara yang peneliti lakukan mengenai pelaksanaan shalat dhuha adalah dapat diperoleh fakta bahwa para siswa sudah bisa merasakan dampak positif bagi diri mereka sendiri, dari merasa lebih baik, badan terasa lebih sehat dan memiliki ketenangan hati, ketenangan hati yang mereka rasakan berlanjut ke sikap emosional mereka, . masih ada siswa yang merasa biasa saja setelah melaksanakan shalat dhuha, mereka juga masih ada yang belum mengetahui apa itu shalat dhuha, walaupun sejatinya hasil wawancara peneliti terhadap kepala sekolah dan guru pembimbing bahwa, untuk penjelasan tentang shalat dhuha sudah diberikan. Selain penjelasan di berikan juga kegiatan keagamaan lainnya guna untuk memperkuat akhlak pada siswa, bahkan dilakukan pula penilaian berupa test terhadap para siswa untuk melihat peningkatan setiap harinya.

### **2. Emotional Quotient Siswa**

Emotional Quotient atau Kecerdasan emosional sangat diperlukan untuk menanggulangi tumbuhnya sifat mementingkan diri sendiri, mengutamakan tindak kekerasan, dan sifat-sifat jahat yang lain. Orang yang memiliki kecerdasan emosional dapat mengendalikan diri, memiliki kontrol moral, memiliki kemauan yang baik, dapat berempati (mampu membaca perasaan orang lain). mendalami Emosional pada masa anak-anak sangat rentang jika tidak kita perhatikan dengan seksama, memperhatikan tingkah laku para siswa menjadi tanggung jawab para guru terlebih siswa banyak menghabiskan waktu di sekolah bahkan bersosialisasi dengan banyak orang disekolah, harus ada kerja sama dari semua pihak, mulai dari kepala sekolah,

para guru, dan pegawai sekolah, serta orang tua siswa sendiri. Guru pembimbing agama pun mengatakan bahwasanya setiap hari sabtu siswa ada kegiatan *Market Day* yang didalam kegiatan tersebut seluruh siswa baik dari kelas I-VI berkumpul dilapangan menjual belikan barang dagangan yang mereka punya. Usaha Para guru dalam membina kerukunan dan solidaritas antar siswa serta memperhatikan pertemanan siswa.

Dalam pembahasan ini peneliti lebih merinci tentang dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap kecerdasan emosioanl (EQ) siswa di SD Ar-Raudah Bandar Lampung. Penelitian pelaksanaan di SD Ar-Raudah menunjukkan bahwa sikap *Emotional Quotient* siswa yang dimaksud peneiliti ialah, Memotivasi Diri, Mengenali Emosi Orang Lain, Menjalin Hubungan Antar Sesama. Sebenarnya ada lima indikator yang ada, namun peneliti mengambil tiga indikator ini yang akan dipaparkan, dikarenakan di pembahasan sebelumnya, peneliti tidak mendapatkan data *Emotional Quotient* siswa, melainkan sebagai pengganti mendapatkan Sikap Sosial siswa, dimana isinya terdapat sikap Disiplin, Peduli dan Kerjasama.

### **3. Dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap Emotional Quotient**

Berdasarkan hasil wawancara para siswa mendapatkan dampak yang sangat positif, di pembahasan sebelumnya peneliti telah membahas sikap sosial siswa kelas V yang menjadi bahan pengganti dari sikap *Emotional Quotient* siswa, berkaitan dengan dampak pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap *Emotional Quotient*, disini peneliti mengarahkan dampak pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap sikap sosial yang terdiri dari *Disiplin, Peduli, Kerjasama*, yang akan dikaitkan dengan indikator

*Emotional Quotient* yakni, *Memotivasi Diri, Mengenal Emosi Orang Lain, dan Menjalin Hubungan Antar Sesama*. Peneliti mendapatkan bahwa ada dampak yang dirasakan para siswa setelah melaksanakan shalat dhuha. Shalat dhuha memiliki dampak yang positif, dari apa yang peneliti observasi di sekolah, peneliti melihat, para siswa terbiasa dalam pelaksanaan Shalat Dhuha, sikap disiplin mereka yang tidak perlu disuruh lagi dalam pelaksanaan Shalat Dhuha. Sikap Peduli ditunjukkan ketika ada hal yang terjadi di sekitar para siswa, seperti halnya, saat akan memulai Shalat Dhuha, mereka tidak berebutan untuk menjadi imam, tetapi mereka bekerjasama untuk membagi peranan dalam pelaksanaan Shaalat Dhuha.

Selain itu pelaksanaan Shalat Dhuha berdampak baik bagi kecerdasan emosional siswa, terlebih pelaksanaan shalat dhuha dilakukan pada pagi hari dan disini menjadi acuan agar para siswa bisa lebih tertib dan peduli dan sabar terhadap teman, sikap peduli dan sabar ini yang menjadikan siswa lebih bisa mengendalikan emosi mereka serta peka terhadap kebutuhan dan penderitaan orang lain sehingga memiliki karakter (watak) terpuji dan membangun hubungan antar pribadi yang lebih harmonis.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ditunjukkan dengan analisis data dan pembahasan tentang dampak pelaksanaan shalat dhuha terhadap Emotional Quotient siswa kelas V di Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Shalat Dhuha di SD Ar-Raudah Bandar Lampung memiliki dampak yang positif bagi organ penting manusia, yakni berdampak baik bagi *Emotional Quotient* siswa, Dari 20 siswa hampir 90% dikatakan baik dalam pelaksanaan ibadah. Dan para siswa lebih tertib dan peduli serta sabar dalam menghadapi teman, sikap peduli dan sabar ini yang menjadikan siswa lebih bisa mengendalikan emosi mereka dan dari 20 siswa hampir 50% siswa memiliki *Emotional Quotient* baik serta peka terhadap kebutuhan dan penderitaan orang lain sehingga memiliki karakter (watak) terpuji dan membangun hubungan antar pribadi yang lebih harmonis.
2. Menjadikan para siswa lebih berani mengekspresikan diri di hadapan temen-temannya, saling bekerja sama dan memiliki cara dalam mengendalikan emosi mereka sendiri.



## B. Saran

Setelah peneliti melakukan penelitian kurang lebih selama satu bulan, peneliti mendapatkan apa yang menjadi tujuan awal peneliti melakukan penelitian, yaitu mencari tahu adakah dampak yang terjadi akibat pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap *Emotional Quotient* siswa kelas V di yayasan mastal musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung. Setelah pembahasan tentang kesimpulan diatas, maka tidaklah berlebihan kiranya apabila peneliti memberikan saran-saran yang berkenaan dengan penelitian, adapun saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagi seluruh dewan guru maupun kepala sekolah SD Ar-Raudah Bandar Lampung bisa ikut dalam pelaksanaan shalat dhuha agar tercipta kebersamaan antara guru dan siswa, dan para guru bisa menjadi contoh yang baik bagi seluruh siswa SD Ar-Raudah Bandar Lampung.
2. Bagi sekolah SD Ar-Raudah Bandar Lampung sebaiknya mengadakan tes kecerdasan emosional bagi seluruh siswa guna lebih mengetahui emosional yang dimiliki oleh para siswa di SD Ar-Raudah Bandar Lampung.
3. Bagi lembaga pendidikan lain/instansi-instansi lain hendaknya berusaha untuk meniru dan mengikuti program pelaksanaan shalat dhuha setiap harinya sehingga dapat tercipta kebersamaan dalam mewujudkan sebuah generasi yang berkualitas.

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, penulisan dan penyusunan skripsi sudah selesai, peneliti berharap semoga hasil penelitian ini bisa bermanfaat khususnya untuk peneliti sendiri, dan umumnya untuk semua umat manusia sebagai pembaca tulisan ini. Amin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman Fathoni, *Metodologi Penelitian dan Tehnik Penyusunan Skripsi*, Jakarta Rineka Cipta, 2011
- Al Muqaddam Ahmad Ismail, *Mengapa Harus Shalat*, Jakarta: Amzah, 2007
- Aliah B. Purwakania Hasan. *Psikologi perkembangan islami*, jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006
- Cholid Narbuko, Abu Ahmad, *Metodelogi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara 1997
- Daniel Goleman, *Emotional Intelegence*, Terjemah T.Hermaya, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003
- Departemen Agama Ri, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*
- Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012
- Enung Fatimah, *psikologi Perkembangan (peserta didik)* Bandung: Cv Pustaka Setia, 2010
- Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*, Bandung: CV Sinar Baru, 1980
- Haidar Bagir, *Buat Apa Shalat? Kecuali anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*, Bandung: Mizania dan Pustaka IIMan, 2007
- Himpunan Peraturan Perundan-Undangan, *Undang-undang SISDIKNAS (Sistem Pendidikan Nasional)*, Bandung: Fokusmedia. 2010
- Iqro' al-Firdaus, *Dhuha itu Ajib (bukti bukti dhuhamu berbuah dalam kehidupan sehari-hari)*, Jogjakarta: Diva press, 2014
- J Maurus, *Mengembangkan Emosi Positif* Yogyakarta: Bright Pubhlisher, 2014
- Khairani Makmun, *Psikologi Umum* Yogyakarta: Aswaja, 2010
- Mohammad Ali, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* Jakarta: PT Bumi Aksar, 2012
- Muhammad Faraouk & djaali, *Metodologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Restu Agung, 2003

- Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, Bandung: Sinar Baru 2009
- S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kuantitatif*, Bandung: tarsito, 2009
- S.c Utami Munandar, *bunga rampai psikologi perkembangan pribadi jakarta: gunung agung* 2001
- Sarlito W. Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009
- Sentot Haryanto. *Psikologi Shalat* Jogjakarta: Pustaka Pelajar. 2002
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R&D* Bandung: Alfa Beta, 2012
- , *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2012
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010
- Syaikh Hasan Ayub, *Fikih Ibadah*, terj., Abdul Raysid Shiddiq, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002
- Tohirin, *metode penelitian kualitatif*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012
- Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi* Jakarta: PT Bumi Aksari, 2012
- Kholilurrahman EL-Mahfani, *bertambah kaya dan berkah dengan Shalat dhuha*, jakarta: wahyu qalbu 2015
- Yusuf Mansyur, *Shalat Dhuha Setiap Pagi (kunci meraih rezeki sepanjang hari)*, Bandung: Salamadani, 2015
- Yusuf Al-Uashari, *Sukses Bergaul: Menjalin Interaksi dari Hati*, Jakarta: Gema Insani, 2005

## KERANGKA WAWANCARA

### A. Pembimbing Shalat Dhuha

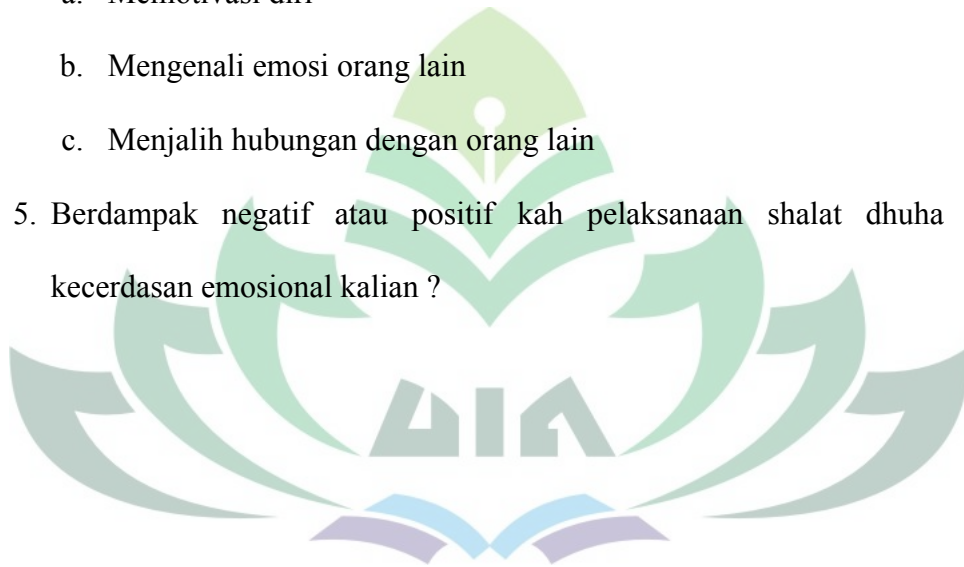
Peneliti akan mengajukan pertanyaan kepada guru pembimbing shalat kelas V yaitu Bapak Eli Suryamin S.Sos.I. pertanyaan-pertanyaan tersebut antara lain:

1. Apakah bapak memberikan penjelasan terhadap siswa tentang shalat dhuha?
2. Apakah tujuan diadakannya shalat dhuha sebelum jam pelajaran dimulai di sekolah ini?
3. Apakah pelaksanaan shalat dhuha ini dilakukan penilaian?
4. Apakah ada kegiatan keagamaan lainnya selain shalat dhuha?
5. Apakah bapak mengetahui tingkah laku para siswa setelah melaksanakan shalat dhuha?
6. Apakah shalat dhuha mengarahkan siswa menjadi disiplin?
7. Bagaimana kecerdasan emosional siswa di kelas V?
8. Adakah masalah-masalah yang terjadi antar siswa satu dengan siswa lainnya diluar jam belajar ?
9. Bagaimanakah cara bapak mengatasi permasalahan yang terjadi anatar siswa?
10. Bagaimanakah dampak yang dirasakan para siswa dengan dilaksanakannya shlaat dhuha setiap hari?
11. Adakah dampak yang terjadi di perkembangan kecerdasan emosional siswa setelah melaksanakan shalat dhuha?

## **B. Siswa kelas V**

Untuk selanjutnya peneliti mengajukan pertanyaan kepada siswa berupa:

1. Coba jelaskan apa yang dimaksud dengan shalat dhuha ?
2. Apa tanggapan kamu tentang pelaksanaan shalat dhuha ?
3. Adakah dampak yang kalian rasakan ? sebutkan!
4. Apakah shalat dhuha berdampak pada kecerdasan emosional kalian ?
  - a. Memotivasi diri
  - b. Mengenali emosi orang lain
  - c. Menjalih hubungan dengan orang lain
5. Berdampak negatif atau positif kah pelaksanaan shalat dhuha terhadap kecerdasan emosional kalian ?



## KERANGKA DOKUMENTASI

Peneliti akan mengumpulkan data-data terkait dengan beberapa hal, di antaranya adalah sebagai berikut:

### A. Berkaitan Dengan Sekolah

1. Sejarah berdirinya Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung
  2. Visi dan Misi Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung
  3. Keadaan Guru Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung
  4. Keadaan siswa Yayasan Mastal Musammid SD Ar-Raudah Bandar Lampung
  5. Prestasi sekolah
  6. Sarana dan prasarana sekolah
  7. Kegiatan ekstrakurikuler
  8. Kegiatan terprogram
  9. Suasana pelaksanaan shalat dhuha
- 
- A large, faint watermark logo is centered on the page. It features a green circular emblem with a white crescent and star at the top, and a stylized green and blue design below it. The text 'UNIVERSITAS ISLAM' is visible in the background of the logo.



### **KERANGKA OBSERVASI**

1. Mengamati keadaan siswa sebelum dan sesudah melaksanakan shalat dhuha
2. Mengamati pola emosional siswa selama di kelas maupun diluar jam kelas.
3. Mengamati tingkah laku siswa selama disekolah



### Sebelum Melaksanakan Shalat Dhuha



**Para Siswa Berada Didalam Ruangan Shalat**



**Para Siswa Sedang Melaksanakan Shalat Dhuha Diikuti Oleh Beberapa Guru**





## Wawancara Terhadap Siswa







**Guru Pembimbing shalat Dhuha Bapak. Eli Suryamin S.Sos.I**

